

EL ARTETERAPIA COMO TÉCNICA

1

**El arteterapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad: Una revisión documental**

**Autora**

**Ruth Contreras Palacio**



**Universidad de la Costa**

**Facultad De Ciencias Humanas y Sociales Programa Psicología**

**Barranquilla**

**2020**

**El arte terapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviar los síntomas de  
la ansiedad: una revisión documental**

**Ruth Nohemí Contreras Palacio**

**Asesores: Paola Martínez Sande Claudia Idarraga**



**Universidad de la Costa Facultad de Ciencias Humanas y Sociales**

**Programa Psicología Barranquilla**

**2020**

Principalmente doy gracias a Dios todopoderoso, por haber permitido llegar hasta donde estoy, sinél sé que no hubiera sido posible alcanzar esta meta, que es un peldaño de muchos más por lograr.

Agradezco a mis familiares y amigos, por animarme y apoyarme en todo momento, fueron piezas claves en este logro, también a mis tutores y docentes, que estuvieron guiando y apoyando este proceso formativo, con mucha dedicación a la profesión.

Mil gracias a todos ellos.

### Resumen

La presente investigación titulada El arteterapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad: Una revisión documental, realizada por Ruth Nohemí Contreras Palacio, correo electrónico [rcontrer4@cuc.edu.co](mailto:rcontrer4@cuc.edu.co). Modalidad de trabajo de grado, para obtener título de psicología. Con el asesoramiento teórico de la profesora Paola Martinez Sande y dirección metodológica de la profesora Claudia Idarraga Cabrera de la universidad de la costa CUC. En el año 2019-2020. Tuvo como objetivo general: Describir la relación existente entre la arteterapia como técnica de intervención terapéutica en y el alivio de los síntomas de la ansiedad a partir de una revisión documental, es un estudio descriptivo cualitativo, usando como técnica de recolección la revisión evaluativa, en bases de datos y fuentes documentales. En los artículos seleccionados en la cual se incluyeron 55 artículos referenciados en este trabajo y 16, para el análisis de los resultados, discusión y conclusiones. En los artículos revisados se halló como resultado que la utilización de las herramientas arteterapéuticas ayudan a aliviar el malestar de la ansiedad, la cual facilitan la expresión de contenidos inconsciente del material regresivo (Gutiérrez, 2018).

**Palabras clave:** arte, arteterapia, imaginación, creatividad, inconsciente, ansiedad y psicoanálisis.

## Abstract

The present research entitled Artetherapy as a technique of psychotherapeutic intervention to relieve the symptoms of anxiety: A documentary review, made by Ruth Nohemí Contrera Palacio, e-mail rcontrer4@cuc.edu.co. Modality of work of degree, to obtain degree of psychology. With the theoretical advice of the professor Paola Martinez Sande and methodological direction of the professor Claudia Idarraga Cabrera of the university of the coast CUC. In the year 2019-2020. Its general objective was: To describe the relationship between artetherapy as a technique of therapeutic intervention in and the relief of anxiety symptoms from a documentary review, is a qualitative descriptive study, using evaluative review as a collection technique in databases. The selected articles included 55 articles referenced in this work and 16, for the analysis of the results, discussion and conclusions. In the articles reviewed, it was found that the use of artetherapeutic tools help to alleviate the discomfort of anxiety, which facilitates the expression of unconscious contents of regressive material (Gutiérrez, 2018).

Key Word: art, art therapy, imagination, creativity, unconscious, anxiety and psychoanalysis.

Programa de Psicología

Grupo de Investigación Evolutiva y psicopatología

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE GRADO**

En Barranquilla a los **01** días del mes de **MARZO** de **2021**, se reunieron en la **UNIVERSIDAD DE LA COSTA CUC** la directora del programa de psicología **YAMILE TURIZO** los jurados (**ZULEIMA LEÓN Y VICTOR RIVERA**), para escuchar la sustentación del proyecto de la estudiante que semenciona a continuación, como requisito para optar por el título de **PSICÓLOGO**:

Proyecto de grado	<u>Datos estudiante(s)</u> NombresIdentificación	Programa	Fecha inicio	Tutores
La arteterapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviarlos síntomas de la ansiedad: Una revisión	Ruth Contreras Palacio	1002256384	Psicología Noviembre de 19	Paola Martínez

documental

Claudia

Idárraga

---

Una vez sustentado el trabajo de grado ante comité curricular de investigación y consignada la evaluación de los jurados en el acta correspondiente, se procedió a calificar el trabajo con deliberado secreta la cual dio resultado una calificación de: 4.4 (cuatro punto cuatro)

**(APROBADO).**

No siendo otro el motivo de la presente se da por terminado y para constancia se firma a los **11** días del mes de **marzo** de **2021** como aparece.

---

**Yamile Turizo**

**Directora del programa Programa de  
Psicología**

---

**Eileen García Montaña**

**Líder de Investigación  
Grupo de Inv Evolutiva y  
Psicopatología**

---

**Paola Martínez**

**Tutor Principal**

---

**Claudia Idarraga**

**Cotutor**



---

**Víctor Rivera Forero**

**Jurado Interno**



---

**Zuleima León Valle**

**Jurado externo**



**Contenido**

<b>1.</b>	<b>Introducción .....</b>	<b>9</b>
<b>2.</b>	<b>Planteamiento Del Problema .....</b>	<b>12</b>
<b>3.</b>	<b>Justificación .....</b>	<b>18</b>
<b>4.</b>	<b>Objetivos .....</b>	<b>22</b>
<b>4.1.</b>	<b>Objetivo General .....</b>	<b>22</b>
<b>4.2.</b>	<b>Objetivos Específicos .....</b>	<b>22</b>
<b>5.</b>	<b>Marco teórico.....</b>	<b>23</b>
<b>5.1.</b>	<b>Estado del arte .....</b>	<b>23</b>
<b>5.2.</b>	<b>Marco Teórico .....</b>	<b>29</b>
<b>5.2.1</b>	<b>Orígenes del arteterapia.....</b>	<b>29</b>
<b>5.2.2</b>	<b>Psiquismo y creatividad .....</b>	<b>35</b>
<b>6.</b>	<b>Método.....</b>	<b>41</b>
<b>6.1.</b>	<b>Tipo de investigación.....</b>	<b>41</b>
<b>6.2.</b>	<b>Técnicas de recolección de información .....</b>	<b>42</b>
<b>6.3.</b>	<b>Criterios de selecció43</b>	
<b>6.6.</b>	<b>Ordenamiento categorial.....</b>	<b>44</b>
<b>7.</b>	<b>Resultados .....</b>	<b>46</b>
<b>8.</b>	<b>.Discusión .....</b>	<b>60</b>
<b>11.</b>	<b>Referencias.....</b>	<b>66</b>

## Introducción

La arteterapia se desarrolla desde dos vertientes que son la psicoterapia analítica y la educación artística. Sus orígenes datan de 1803, se considera al Marqués de Sade como precursoral promover un modo de expresión que pudiera hacer salir de su estado de alienación a los enfermos (López, 2009). Pero fue durante la Segunda Guerra Mundial, cuando el arte empezó a considerarse una forma de tratamiento terapéutico. Algunos trabajos e investigaciones surgen a partir de allí en Estados Unidos y Europa. Entre los principales exponentes se encuentran Margaret Namburg y Edith Kramer, profesionales en psicología y terapia analítica (López, 2016).

La práctica del arteterapia se ha ido consolidado desde hace aproximadamente dos décadas como disciplina independiente, llegando progresivamente a la profesionalización, con mayor desarrollo en los Estados Unidos, luego en países europeos como Gran Bretaña o Francia, donde es concebida como gran apoyo en el tratamiento, diagnóstico e investigación de la salud mental con reconocimiento profesional y cada vez más estudios universitarios. En Madrid y Barcelona cuenta con master en esta disciplina (López, 2016).

Marxen (1997<sup>a</sup>), escritora y arteterapeuta con formación en psicoterapia psicoanalítica, ha hecho investigaciones sobre la importancia del arte en la salud mental, en uno de sus libros llamado *“Dialogo entre arte y terapia”* donde explica con detalle esta nueva disciplina y su relación con el psicoanálisis, haciendo contribuciones a los procesos creativos que se originan en cada individuo. Esta disciplina se está extendiendo por algunos países latinoamericanos.

Marxen, en sus investigaciones cita a Naumburg (1997) quien afirma que la arteterapia es una técnica que se puede utilizar en sujetos de todas las edades, quienes puedan padecer cualquier tipo de patología. El uso del arteterapia permite canalizar y desplazar el síntoma a través del

dibujo, imágenes, colores y texturas, y de esta forma ir conectando dicho síntoma con aquello que produce malestar. Con el uso de la arteterapia se logra facilitar la expresión y liberación de sentimientos reprimidos que no son expresado por medio de la palabra (Marxen, 2011).

Uno de los aportes teóricos más importante que sostienen a la arteterapia, provienen del psicoanálisis, especialmente de autores como: Melanie Klein y Donald Winnicott.

Una característica destacada del estilo interpretativo de Klein (1955) era que trataba las expresiones verbales del niño durante el juego como equivalentes a las asociaciones libres de los adultos. Para alentar la verbalización del niño proporcionaba una variedad de juguetes que incluían figuras humanas y animales, bloques de construcción y todo tipo de vehículos. Incluso usaba objetos comunes tales como: un cajón que contenía lápices de colores, papel, muñequitos, balón, entre otros. No limitó sus interpretaciones sólo a lo que el niño decía; pensaba que la conducta real del niño con los juguetes representaba contenidos inconscientes, y en ocasiones incluso simbolizaba ideas, deseos y fantasmas inconscientes. Ella creía que los temas expresados en el juego son similares a los que se encuentran en los sueños, los cuales son especialmente adecuados para la interpretación psicoanalítica. Es así como el material que sale de la técnica de juego con niños es equiparable a la asociación libre en psicoterapia verbal con adultos. En la arteterapia; la ansiedad, los sentimientos de culpa y los mecanismos dinámicos como la represión, identificación, sublimación, proyección, y condensación se pueden manifestar en el material pictórico, así como el verbal (Marxen, 2011)

Para Winnicott (1995) una de las principales tareas del terapeuta radica en hacer jugar al paciente y abrir su psiquismo hacia el juego y la creatividad. Postula una realidad interna y externa que experimenta el infante con relación a sus primeros juguetes, y su simbolización en

referencia a la madre en el primer y segundo trimestre de nacido, periodo en el cual se dan los orígenes de sus primeros imagos e impresiones de fantasías e imaginación. Estos eventos quedaran guardados en el inconsciente, posteriormente saltaran a la conciencia por medio del juego y la creatividad ya sea en niños o adultos. Este autor enfatiza en la importancia de la empatía del terapeuta hacia el paciente al momento de plasmar sus contenidos inconscientes, a través de las técnicas del arte y la imaginación. (Phenomena, 1951).

Partiendo de los supuestos anteriores, el presente trabajo, mediante la técnica de revisión documental, tiene como finalidad, Describir la relación existente entre la arteterapia como técnica de intervención terapéutica en y el alivio de los síntomas de la ansiedad.

Frente a esto, surge la necesidad de profundizar en este tema, ahondando en la literatura, para dar claridad al objetivo de esta investigación y con base a la experiencia previa, describir y determinar si las técnicas del arteterapia pueden aliviar el malestar de la ansiedad. El uso de las artes posee un medio catártico, se cree que en el malestar de la ansiedad surgirán alivios tangibles en el individuo.

En el presente estudio se observa que los beneficios de esta nueva disciplina entrelazada con técnicas propias del psicoanálisis darían excelente resultados en aliviar los síntomas de la ansiedad. El arteterapia es una disciplina nueva en Colombia que ha abierto varios campos de investigación en relación con los métodos de intervención que utiliza, para poder dar mejoras a síntomas de diferentes patologías, en este proceso sistémico y explícito de revisión literaria, se hallaron artículos relacionados a la temática en estudio, donde resaltan mejorías en trastornos neuróticos, psicóticos y estado del ánimo, entre otros, con el uso de herramientas arteterapéuticas.

### **Planteamiento Del Problema**

La arteterapia es reconocida en Europa y en algunos países de latinoamérica como una disciplina. Se le conoce como un conjunto de técnicas favorables utilizadas en el tratamiento de las enfermedades mentales y médicas; en la cual se basa en la utilización de materiales del arte plástico, ya que por medio de las creaciones artísticas se puede plasmar los estados internos y posteriormente sirve como soporte, para una elaboración verbal, la cual a muchos pacientes se le dificulta hablar (Marxen, 2011); esta disciplina se dio a conocer gracias a dos fuentes como lo son: la psicoterapia analítica y la educación artista (Naumburg, 1978).

Al respecto, Naumburg (1997) afirma que el trabajo con el arteterapia ayuda al crecimiento personal, emocional y a mejorar los síntomas de diferentes patologías accediendo al inconsciente por medio de técnicas del arte como el dibujo, la pintura, imágenes pictográficas, la música, entre otras.

Las creaciones artísticas son utilizadas en los diferentes enfoques de la psicología, como lo son: el humanista, gestal, cognitivo conductual, psicoeducativo y psicodinámico entre otros.

Resultando una práctica transdisciplinaria. Asignándole al arte y el terapeuta el rol de ayudar al paciente a producir un trabajo artístico expresando lo que emocionalmente siente (Achurra, 2007).

El uso de las artes facilita el proceso de reflexión y desarrollo, proyectar contenidos inconscientes a través de las artes se da gracias a que las imágenes pueden transmitir más que las palabras, ofreciendo un medio seguro para profundizar en temas difíciles que el paciente pueda estar padeciendo (Marxen, 2011).

En salud mental “la arteterapia se define como el uso de recursos y elementos artísticos para facilitar la expresión y reflexión” (Rudy, 2008, p. 2); es importante porque se prioriza siempre el proceso creativo del individuo más que el valor estético del producto u obra final.

Se trata de un dispositivo que une el arte con la psicoterapia, integrando principalmente los aportes del psicoanálisis, la psicología humanista y la terapia gestáltica (Achurra, 2007).

Por su parte, las artes visuales proveen la posibilidad de conectarse con los colores y las formas que están en estrecha relación con el universo afectivo. En este proceso, las emociones reprimidas se transforman en energía constructiva y se apunta a sintetizar las polaridades internas. Para Schmidt (2005), las actividades artísticas también promueven la autoexpresión, la autoestima y se vehiculizarían las emociones bloqueadas aliviando la ansiedad.

García (2018) considera que el arteterapia como disciplina resulta una herramienta fundamental para proteger y reforzar el estado emocional del individuo de manera satisfactoria, y de este modo ayuda a prevenir enfermedades físicas, mentales, y promover la salud. Es también un método (series de pasos sucesivos propios del arteterapia) cada vez más extendido para conseguir un desarrollo personal armónico y un conocimiento más amplio de sí mismo, fomentando la creatividad, la inteligencia emocional, la concentración, la resolución de dificultades, etc. Además, es una actividad que genera placer y disfrute. Estas actividades también benefician el sentido de pertenencia, las estrategias de afrontamiento positivas, la tolerancia a situaciones conflictivas y la atribución de sentido y significado a la vida. Además, el arteterapia enriquece la percepción, la memoria, y el lenguaje (Marxen, 2011).

Así mismo, Galor (2013), considera que las herramientas artísticas y la creación de imágenes, permiten plasmar el dolor, el miedo, la angustia que puede aparecer de la nada a través de las

imágenes en el espacio terapéutico; guiado por el especialista, posibilita la contención, mecanismos de defensa reguladoras, como la sublimación, proyección, la expresión, exploración y resolución de emociones y sentimientos conflictivos.

En las concepciones psicoanalíticas para el abordaje del arteterapia según Achurra (2007) teniendo en cuenta que la metodología del psicoanálisis clásico se basa en tres pilares principales que son: la asociación libre, el análisis de los fenómenos de transferencia y con transferencia y el análisis de la resistencia; la expresión plástica vendría siendo una herramienta para proyectar contenidos inconscientes, la terapia artística de orientación analítica, busca proyectar contenidos inconscientes mediante imágenes espontáneas proyectadas en expresiones gráficas y plásticas. Por lo tanto se plantea en el objetivo de esta investigación la relación existente de la arteterapia para aliviar los síntomas de la ansiedad, reconociendo los aportes psicoanalíticos como base conceptual de las arteterapia.

Cabe destacar que según Marxen (2011) “el trabajo creativo conecta la persona con su propia fuerza. Asumiendo el papel creador, el individuo tiene la oportunidad de aumentar su autoestima y la confianza en sí mismo” (p 18).

Los fundamentos teóricos del arteterapia se enmarcan en el modelo psicoanalítico, una de sus predecesoras es Margaret Naumburg que es psicoanalista, realizaba sus interpretaciones utilizando técnicas y herramientas arteterapéuticas (Marxen, 2011).

Siguiendo con lo anterior Freud (1923 citado por De la Cruz, 2019) menciona al arte como otra forma de manifestar el malestar por medios de procesos creativos debido a la contribución que hace sobre el inconsciente ocasionando estos procesos creativos cambios importantes en la vida del individuo.

En los inicios de la época dorada del arte psicótico (1880/ 1930) surgen corrientes artísticas

como el dadaísmo, el expresionismo y el surrealismo. Este último fue promovido por Dalí quien afirmó que varias de sus obras se basaban en la teoría de los sueños de Freud y que muchas de sus pinturas eran experiencias de sensaciones internas (Marxen, 2011).

También Prinzhorn a mediados del siglo XIX se interesó por varias obras de los enfermos mentales que se encontraban recluidos en hospitales psiquiátricos especialmente en Francia, Inglaterra, y Estados Unidos. Este autor puso interés en los aspectos expresivos en los dibujos de arte que realizaban los enfermos mentales, ratificando que estas obras representaban con frecuencias regresiones y fantasías inconscientes, exteriorizando la necesidad del psicótico de imponer orden en el caos de su psiquismo y ese intento inminente de restaurar el orden simbólico (Marxen, 2011)

De la misma forma, Marxen (2011) afirma que en la psicosis el sujeto se pierde o está en peligro, ya que en este trastorno cuando se produce el imaginario o lo irreal la persona no lo sabe descifrar o comprender. En este episodio psicótico las personas buscan reestructurar esta realidad mediante el arte, dando explicación a esa experiencia que experimentan y el deseo interno de curación.

Por otra parte según el DSM-V define a la ansiedad uno de los conceptos de interés en la cual se caracteriza por una excesiva preocupación que es difícil de controlar. Se señala que algunos de los síntomas principales de la ansiedad son inquietud o sensación de estar atrapado, fatiga, dificultad para concentrarse o dejar la mente en blanco, irritabilidad, tensión muscular y problemas del sueño.

Es posible agregar que; la ansiedad es una emoción presente en todos los seres humanos que aparece en situaciones de peligro o amenaza inminente y prepara para defensa, pelear o huir. Según la real academia española en su vigésima primera edición afirma que; el termino de



ansiedad viene del latín “anxietas”, describiéndola como un estado de agitación, intranquilidad, miedo y desasosiego del ánimo, siendo esta una sensación más frecuente del individuo, estas emociones displacenteras se manifiestan mediante una tensión emocional acompañada de un correlato somático (Ayuso, 1986.).

En el siglo pasado varios autores como Ansorena, Cobo, y Romero (1893) realizaron una distinción de ansiedad y angustia. La psicología científica se ha interesado como tal en explicar y utilizar el término de ansiedad, mientras que para el psicoanálisis y otras corrientes se utiliza el concepto de angustia (Sierra, 2003).

López (1969) realiza una diferencia en cuanto a los síntomas entre ansiedad y angustia: en la angustia existe un predominio de los síntomas físicos, la reacción del organismo es de paralización, de sobrecogimiento, y la nitidez con la que el individuo capta el fenómeno se atenúa. Por su parte en la ansiedad cobra mayor presencia los síntomas psíquicos, la sensación de ahogo y peligro inminente, se presenta una reacción de sobresalto, mayor intento de buscar soluciones eficaces para afrontar la amenaza que en el caso de la angustia y, por último, el fenómeno es percibido con mayor nitidez. En la actualidad, es difícil mantener dichas diferencias, ya que dentro del concepto de ansiedad agrupan tanto los síntomas psíquicos, cognitivos, conductuales y físicos (Menéndez, 2010).

Con el pasar del tiempo la angustia ha sido diferenciada de la ansiedad, caracterizando a la misma como una expresión somática predominante en forma de constricción y opresión, es decir vivenciada como un sufrimiento físico general. De modo idéntico, aparece la sensación a la anticipación del peligro, que también es común a la ansiedad. En la actualidad, angustia se utiliza como sinónimo de ansiedad, ya que se considera a ambos como estados psicológicos displacenteros acompañados de síntomas fisiológicos de manera frecuente, describiéndose como

expectación penosa o desasosiego ante un peligro impreciso (Suárez, 1995). En este postulado la ansiedad alude a eventos de manifestaciones estresantes o cuando la persona siente que está en peligro inminente.

Por su parte Sierra (2003) dice que la ansiedad se presenta por la combinación de diferentes manifestaciones físicas y emocionales que no son atribuibles a un peligro real, sino que pueden surgir en forma de crisis o como un estado persistente y difuso pudiendo llegar al pánico. Sin embargo, pueden estar presentes otras características neuróticas tales como síntomas obsesivos o histéricos que no dominan el cuadro clínico.

Por tal motivo las anteriores concepciones llevan a plantear la pregunta problema de esta investigación.

**¿Cuál es la relación que existe entre la arteterapia como técnica de intervención terapéutica y el alivio de los síntomas de la ansiedad a partir de una revisión documental?**

### **Justificación**

Esta investigación pretende describir la relación existente entre la arteterapia como técnica de intervención terapéutica en el alivio de los síntomas de la ansiedad a partir de una revisión documental.

Namburg (1997) resalta que la creación grafica de una experiencia interna podía funcionar como base y pedal de la asociación libre para una posterior elaboración verbal. Asegura que en las intervenciones el psicoterapeuta puede observar el método de la libre asociación a raíz de una obra de arte propia, el resultado final de la creación artística le servirá para desbloquear e iniciar una introspección verbal interna de su vida emocional (Marxen, 2011).

A partir de Freud (1923) el arte se concibió de otra manera, gracias a que las contribuciones que realiza acerca del inconsciente hacen que estos procesos comiencen a tomar importancia en diversas teorías. De este modo, en el arte se empiezan a relacionar los procesos creativos con los procesos mentales que afectan la forma de actuar de una persona sin que esta sea consciente de ellos (Achurra, 2007).

El inconsciente es el lugar donde se almacenan los sueños, miedos, los deseos y las emociones, además de ser un material al que no se accede fácilmente (Artetxe, 2009).

El inconsciente se puede manifestar de diferentes maneras como, la creación artística, los sueños, los actos fallidos y el síntoma. Así como el objetivo de la psicoterapia analítica es hacer consciente lo inconsciente a través de la palabra, (asociaciones libres), el arteterapia toma muchos de estos elementos teóricos para buscar una cura a través de la creación artística (Marxen, 2011).

Teniendo en cuenta lo anterior. Esta investigación podrá brindar un conjunto de conceptos que

permitirá a la comunidad académica e investigadora ampliar más sobre el arteterapia, disciplina terapéutica que según la Asociación de Arteterapeutas (2019) lleva unos diez años en el país Colombia); como otra forma de acceder a lo inconsciente. Esta técnica está siendo utilizada actualmente en sesiones terapéuticas, dando relevancia a los procesos creativos del individuo, brindándole la libertad de expresarse libremente por medio de la pintura, el dibujo y la escultura (Marxen, 2011).

Para las personas interesadas en la teoría psicoanalítica esta investigación puede generar aportes a la disciplina, en tanto que permite comprender otras formas de explorar el inconsciente y como las técnicas del arteterapia pueden influenciar en la mejora de los síntomas de la ansiedad.

Desde el campo de la psicología esta investigación aportara conocimiento sobre los resultados de su utilización en el tratamiento de personas con ansiedad, desde el soporte teórico del psicoanálisis y de esta forma reconocer como la literatura viene registrando este tipo de intervenciones psicoterapéuticas. Para Bados & García (2011), una de las ventajas de hacer terapia con instrumentos del arte es que permitirá que el paciente se pueda sentir más cómodo y relajado al momento de establecer el rapport o hablar de sus problemas, y de esta manera superar los límites de las resistencias ya que a través de los dibujos y expresiones con pinturas entre otras, el paciente puede sublimar y proyectar lo que le aqueja, enlazado y guiado con el dialogo del terapeuta para ir dando salida a las represiones y angustias que el paciente pueda estar sintiendo.

Por otro lado, Schmidt (2005) afirma que las actividades creativas promueven un envejecimiento satisfactorio al favorecer la inserción social, el crecimiento personal, el entretenimiento, el establecimiento de nuevas redes sociales, la reducción de la ansiedad y el establecimiento de metas. La expresión espontanea del dibujo y la pintura lleva a exteriorizar sin trabas

pensamientos, emociones y sentimientos acerca de vivencias. Las palabras imponen límite, pero las imágenes poseen un nivel de penetración en la mente que supera el pensamiento discursivo.

Esto ayuda a entender mejor el valor del arte en el campo de la terapia (Anchura, 2007).

Eva Marxen (2011), una importante arteterapeuta y psicoanalista que actualmente ha trabajado la arteterapia con diferentes patologías psiquiátricas, afirma que esta disciplina tiene mucha ventaja debido a que se puede hablar del conflicto sin hacerlo directamente, sin hacer que las personas se sientan juzgadas o cuestionadas, respetando la intimidad y las defensas de cada ser. Este lenguaje de la expresión directa de imágenes y la utilización de objetos artísticos se le denominan en un campo terapéutico arteterapia, de esta forma se puede proporcionar más seguridad, reconstruir la capacidad natural del sujeto para relacionarse consigo mismo y con su ambiente de manera positiva y satisfactoria (Marxen, 2011).

En consecuencia cabe resaltar, un estudio estadístico sobre la prevalencia de la ansiedad en Colombia, el cual fue realizado por el epidemiólogo Víctor Muñoz en el 2014, en el Valle del Cauca y publicado por la Asociación Colombiana de Psiquiatría el 32% de esta población padece este trastorno, el 20% de los afectados son menores de edad, el 15% personas en edades de 18 a 29 años, un 19% de 30 a 45 años, 25% de 45 a 64 años, el 20% son mayores de 64 años, el 56 % de la población general son mujeres y el 61% de las consultas correspondieron a Cali / Colombia (Muñoz, 2014).

A partir de lo anterior, esta revisión documental pretende describir cómo puede el arte terapia intervenir en el alivio del malestar de la ansiedad.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Describir la relación existente entre la arteterapia como técnica de intervención terapéutica en el alivio de los síntomas de la ansiedad a partir de una revisión documental.

#### **4.1.                   Objetivos Específicos**

Documentar la arteterapia como técnica de intervención terapéutica en el alivio de los síntomas de ansiedad.

Identificar las técnicas de intervención terapéutica del arteterapia utilizadas para aliviar los síntomas de la ansiedad en los artículos escogidos.

Describir los hallazgos de los estudios revisados en materia de intervención terapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad.

## **Marco teórico**

### **Estado del arte**

El estado del arte se realiza mediante la revisión de investigaciones científicas en cuanto al abordaje metodológico del uso de la arteterapia. Para este análisis se utilizaron los descriptores de revisión bibliográfica, revisión literaria, en las cuales se halló, intervenciones con pacientes diagnosticados con ansiedad y otras alteraciones mentales. En estas recopilaciones de análisis sobre el uso de las herramientas de la arteterapia, se revisaron diferentes fuentes de revistas y páginas web científicas a nivel local, nacional e internacional.

Desde el ámbito internacional, en Santiago de Chile, Peña (2016) en su trabajo de grado titulado “Concepción de imágenes en arteterapia” en el cual el objetivo fue revisar la literatura en torno al arteterapia, la relevancia de la imagen dentro de la disciplina y consideraciones en torno a la identidad profesional, presenta una propuesta paradigmática de orden cualitativo que busca comprender la imagen a la luz de la praxis del arteterapeuta mismo, que desarrolla su acción e interacción con los elementos que subyacen a la construcción de su identidad profesional. Con la cual, genera perspectivas tanto para comprender la imagen, comprenderse desde ella, proveer a la disciplina y los profesionales nuevos elementos que clarifiquen la forma de abordar la imagen en el proceso arteterapéutico. Igualmente, amplía los debates fortaleciendo la interdisciplinariedad al tender puentes con aquellas ciencias y disciplinas interesadas de manera general en las artes y específicamente en la imagen como fuente de contenido y puerta de entrada al mundo interno de cada uno.

De igual manera en Valladolid, España, Escalera (2016), realiza una propuesta llamada “El

Arteterapia como recurso terapéutico para el bienestar psicológico frente a los trastornos psicológicos de la Enfermedad de Alzheimer” a partir de una amplia revisión bibliográfica, con el objetivo de comprobar la eficacia del arteterapia en el tratamiento de personas con enfermedad de Alzheimer, dado que en la actualidad existe diversidad de terapias no farmacológicas que aportan bienestar a las personas con esta afectación. La experiencia de base sirvió para apreciar que el Arteterapia, es capaz de producir efectos terapéuticos en el estado psicológico, ya que los participantes advierten motivación, alegría e interés al realizar las actividades arteterapéuticas, a la vez que el espacio posibilita la socialización entre los participantes a partir de las obras y el proceso.

Igualmente, en España y Portugal, Simões, Duarte & Graça (2011) realizaron una intervención con “mediadores artístico expresivos e interacción social – estudio com crianzas con perturbaciones del espectro autista”

Esta intervención se realizó en el contexto escolar en 20 sesiones semanales e individuales, con 4 niños con TEA, privilegiando la expresión artística en la promoción de la interacción social.

Tenía como objetivo general el estudio del comportamiento no verbal y el uso de reguladores de interacción (contacto visual, expresión facial, gesto, proxemia, uso de la voz) por parte del niño con TEA. Los datos de la intervención se recopilaron mediante un diseño mixto (pre-post intervención y longitudinal) y una metodología cuantitativa y cualitativa (utilizando el autismo infantil Escala de calificación, lista de verificación del comportamiento del autismo y observación del comportamiento no verbal manifiesto por el niño a lo largo de las 20 sesiones)

Los niños y jóvenes con trastorno del espectro autista tienen déficits significativos en interacción social y regulación. Desde una perspectiva inclusiva, es necesario Desarrollar prácticas y estrategias de intervención que permitan una respuesta individualizada y adecuada. A sus



características específicas. Varios estudios con esta población reportan una particular receptividad y capacidad de respuesta a algunos mediadores artísticos como la música y la expresión con las artes plásticas. En transcurso de la intervención observaron a uno de los niños la cual le llamaron "A", comenzó a reducir significativamente estereotipos y manierismos motores, mostrando también una mayor tolerancia a los materiales plásticos que inicialmente le causaban disgusto que manifestaba induciendo el vómito. Comenzó a parecer más tranquila y menos asustada por los sonidos, observando una reducción de berrinches y mostrar más capacidad de respuesta en términos faciales (sonreír más y establecer con mayor frecuencia de contacto visual con los mediadores y el psicólogo). También hubo un aumento de verbalizaciones y vocalizaciones, utilizando gestos con más frecuencia para solicitar materiales o actividad. "A" comenzó a mostrar una mayor tolerancia por la proximidad física al psicólogo, posibilitando la realización de actividades conjuntas.

Así mismo, en el País Vasco, Gutiérrez & Martínez (2018), tras la revisión de los referentes teóricos que existen para “el abordaje arteterapéutico con familias”, analizan los resultados de 3 años de trabajo de campo en esta área, logrando identificar diferentes elementos de la intervención clínica y del setting en Arteterapia Familiar. El objetivo fue ofrecer una propuesta teórica acerca de los aspectos contratransferenciales y vinculares en el trabajo arteterapéutico y sus implicaciones en la intervención familiar. Para lograr dicho objetivo se han integrado dos paradigmas: el vínculo triangular arteterapéutico con una perspectiva psicodinámica y las relaciones familiares desde los fundamentos de la terapia sistémica. En lo referente a la intervención con familias, se ha diseñado un modelo teórico que permite adaptar los objetivos terapéuticos a las necesidades específicas de cada caso.

También desde Argentina, Barría (2015), presenta una revisión bibliográfica acerca de las

“intersecciones entre el arte y el padecimiento mental”. En primera instancia se define la concepción de salud mental y padecimientos mentales discapacitantes, desde una perspectiva que tiene en cuenta las funciones y habilidades de los sujetos, más allá de pensar la discapacidad en términos de deficiencias. Partiendo de estos conceptos se realiza un recorrido histórico acerca de las prácticas y concepciones que han primado a lo largo del tiempo en la relación entre el arte y el campo de la salud mental. Se pueden establecer cuatro etapas históricas. Estas se caracterizan en un primer momento por una idea romántica del “genio loco” y en un segundo momento por el surgimiento del arteterapia como técnica. Un tercer momento histórico se distingue por la utilización del arte en el movimiento antipsiquiátrico y los últimos años se caracterizan por un creciente estudio sistemático en el área y dos marcadas tendencias. Actualmente las prácticas artísticas en el campo de la salud mental se definen con finalidades psicoterapéuticas o como prácticas sociales que puede tener incidencia en el mejoramiento de la salud de las personas que participan en ellas.

En el entorno nacional, Regis (2016), cuyo objetivo fue “clarificar el por qué y para qué es importante utilizar el arteterapia con el colectivo de síndrome de Asperger, mediante un ejercicio de revisión bibliográfica”, sobre todo en fuentes secundarias como trabajo de investigación, finalmente se reconoce la escasa bibliografía encontrada y la necesidad de seguir investigando el arteterapia en este colectivo social aún desconocido por la mayor parte de la sociedad. La inclusión en la utilización de la arteterapia en el colectivo con síndrome de Asperger, resulta interesante desde una perspectiva tanto social, educativa como terapéutica.

En este mismo sentido, Gómez (2017), en su tesis *Arteterapia y trastorno generalizado del desarrollo: Revisión sistemática de la literatura* como modalidad de grado para obtener el título de Psicólogo, en Bogotá, describe las principales características y síntomas del trastorno

generalizado del desarrollo, de la misma manera, habla del arteterapia, sus formas de aplicación y los resultados que se ha obtenido al implementarla como método terapéutico, con el fin de demostrar si esta técnica representa un tratamiento eficaz ante este tipo de trastorno. Para esto se realiza un estudio documental, consultando apartados publicados después del año 1996, los cuales fueron obtenidos de las bases de datos: Redalyc.org, biblioteca digital académica, tauja, american arttherapy Association, reseachgate.net, psicodoc, dianet, proquest, pepsic, entre otras, así como, de libros encontrados en la Universidad Cooperativa de Colombia, de donde se puede concluir que el arteterapia brinda una amplia variedad de beneficios a las personas diagnosticadas con trastorno generalizado del desarrollo, puesto que sirve como medio de comunicación alternativo. Lo permite al individuo exteriorizar sentimientos y tener mayor comprensión de los elementos de su ambiente o contexto, además de fortalecer el relacionamiento interpersonal y ser fuente de aprendizaje. Razón por lo cual la investigación de esta técnica debería ser ampliada e implementada con mayor frecuencia, para este tipo de población. Como se puede observar en el desarrollo del estado del arte, la mayoría de estudios de revisión bibliográfica en torno a la arteterapia, se encuentran en el nivel internacional, especialmente en España, Brasil, Argentina; en el nivel nacional existen muy pocos y algunos no llenaban los requerimientos para ser tenidos en cuenta en este apartado de la investigación, tampoco se encontró alguno en el ámbito local.

### **Concepciones del arteterapia en diversos enfoques:**

La aplicación de la arteterapia es multidisciplinaria, por lo tanto, se dará en esta disertación un breve aporte de los más representativos.

**Arteterapia humanista**

De acuerdo con Chiriboga (2010) afirma: que la terapia humanista estudia al ser humano desde tres nociones, el primero que no ve a la persona como enfermo mental sino como alguien que se encuentra en determinados conflictos cuando intenta afrontar su vida y los diferentes acontecimientos de su entorno. El segundo examina las dificultades de llevar una vida plena, ayudando al individuo a buscar su verdadera identidad. En tercer lugar el humanismo tiene en cuenta el sentido trascendental de la vida, es decir la dimensión espiritual del individuo y la sociedad (p.12.), asimismo en la arteterapia el terapeuta crea un ambiente en el que no se emiten juicios hacia el paciente, ya que parte de la noción de que el paciente puede ser bueno, malo, débil o fuerte. Esta corriente rescata a los hombres integralmente a través de los procesos de creación y autoconocimiento, y a través de estas llegar a encontrar armonía. Una de las técnicas de la arteterapia utilizada en este enfoque es la danza, ya que esta se centra en la expresión creativa del movimiento del cuerpo, integrando tres instancias del ser humano: el cuerpo, mente y espíritu, por medio de esta se regula la respiración y deja fluir la creatividad (Chiriboga, 2010).

**Arteterapia gestal**

En esta corriente en donde su principal representante es Fritz Perls, basa sus teorías en el estudio de la percepción y el aprendizaje, se interesa en entender cómo el individuo percibe su entorno. La idea principal de este enfoque, es que cuando percibimos algo, lo hacemos en su totalidad y no en la suma de sus partes. En el uso de la arteterapia en esta corriente, se utiliza la obra creativa para crear una relación entre el paciente y el terapeuta, resalta la mirada del otro, para el proceso terapéutico, aquí no se busca darle interpretación al objeto producido, sino en sumergirse en sus formas y sentidos como un todo. Encontrando así la manera del porque estas en el mundo a través de las propias creaciones. Una de las técnicas utilizada de la arteterapia en esta

corriente es la escultura con arcilla, este tipo de material permite moldear y manipular en diferentes maneras la visión que tiene del mundo y la estructura de su comportamiento (Chiriboga,2010).

### **Arteterapia transpersonal**

En esta corriente se tienen en cuenta los aspectos espirituales del sujeto, afirmando que la espiritualidad forma parte de las tradiciones y al sentido de la unidad cósmica de cada cultura, puesto que las experiencias espirituales y místicas, así también los rituales forman parte importante de la memoria del individuo y sus antepasados. También se orienta a la unidad de la mente, del cuerpo y espíritu, de igual forma a la unidad con el universo. En cuanto a las técnicas de las arteterapia utilizan ejercicios de relación, respiración, trabajo corporal, el dibujo entre otros; en donde los dibujos se hacen en un marco circular ya que el símbolo es la representación del universo, para el arteterapia transpersonal.

## **5.1. Marco Teórico**

### **5.1.1 Orígenes del arteterapia**

Afinales del siglo XIX las ciencias de la salud se interesaron por las actividades que realizaban los enfermos mentales de esa época. Profesionales clínicos en este periodo se interesaron por las obras de sus pacientes admirados por las formas exotéricas y paternalista de los dibujos, considerándose esta como una expresión patológica que sobrepasaban todos los estándares establecidos por las academias de bellas artes en este siglo (Marxen, 2011).

Klein (1997) consideró las obras de los locos una forma inaudita (una especie rara que manifestaba su alteridad en dibujos extraños).

En igual forma, Marxen (2011) en un recorrido histórico del arte psicótico, afirma que los médicos del siglo XIX empezaron a coleccionar estas obras. Uno de ellos fue el norteamericano Benjamín Rush en 1800, selecciono un número de obras, asignándoles el nombre de; “el mundo francófono”. En el mismo orden otro de los psiquiatras que se interesa por las obras de sus pacientes son los doctor Marie y Walter Morgenthaler; Marie publico una obra de un paciente llamada “l art chez les fous de Marcel reja” que significa arte a los pies, en Francia (1907/2010). Por su parte Walter en 1921 publica en suiza la monografía de “ein geisteskranker als kunstler” traducida quiere decir; un artista con enfermedad mental, una obra de arte hecha por Adolf Wolfliun enfermo mental convertido en artista. Y así, continuaron numerosas creaciones artísticas comodibujos, collage, escritos, música hechas por Wolfil, un paciente psiquiátrico internado por pedofilia y demencia paranoide. Su cuidador Morgenthaler descubrió que los aspectos formales de estas obras artísticas en ellas había unas funciones reguladoras y ordenadoras en la psique de estos individuos (Marxen, 2011, p.5).

Algo semejante ocurre con Hans Prinzhorn en 1922, quien revoluciona el mundo de las artes con la publicación de su libro llamado “Creación de enfermos mentales ” en la cual este psiquiatra, filósofo e historiador del arte reunió una amplia compilación de creaciones artísticasde sus pacientes psiquiátricos, compuestas por más de cinco mil obras, de cuatro ciento treinta cinco autores diferente. Esta publicación subraya el marco de las artes y la psicosis. En esta obra Prinzhorn no emplea la palabra arte si no expresión, (dándole el significado de acción de crear). En la recopilación artística predomino la creación de pacientes esquizofrénicos.

De nuevo Prinzhorn (1922) reveló que los enfermos mentales exteriorizaban a través de los cuadros artísticos las pulsiones instintivas que son capaces de transgredir lo real, y en ellas a menudo predominaban las sexualizaciones a nivel formal ( Marxen, 2011). Para este autor las

expresiones artísticas servían a los enfermos mentales, para crear de manera simbólica su experiencia con la enfermedad, ya que los enfermos mentales manifestaban en sus dibujos la expresión del “yo” su disonancia del yo y la realidad con el conflicto psíquico presente en la psicosis, ya que en esta el psicótico se aparta de su realidad y le pone límite a su libertad instintiva. Vista de esta forma el arte para Prinzhorn sería expresionista del conflicto psíquico. Para Foster (2001) muchas de las obras artísticas en la actualidad han sido creadas bajo la influencia de la psicopatología de los pacientes, siendo esta una pintura catatónica que rige la necesidad y el impulso de dibujar. Así como los fármacos (uno de los tratamientos psiquiátricos actuales produce alucinaciones) la pintura viene siendo también un tipo de tratamiento, una expresión catatónica donde se pone en manifiesto el malestar liberando pulsiones reprimidas (Marxen, 2011).

Así mismo, Duncan (2006) plantea que;

El origen de las artes se encuentra lo inmediatamente aparente. Puesto que el origen de las artes se encuentra en el cúmulo de información que llega al cerebro desde el cuerpo, el movimiento, las hormonas, las necesidades, (...) cualquier símbolo expresado contiene valor porque aporta un significado en el proceso de búsqueda de satisfacción personal (p,6).

Este mismo autor, expresa que las artes forman parte de la creatividad y la simbolización e imaginación ayudando a entender el mundo interno de una mejor manera, ya que en la “imaginación” se incluyen las experiencias previas, sueños, olores, tacto, música, dramatización, juego, sonidos, sabores, colores, formas, texturas, trabajo con materiales tales como (arena, barro, arcilla, temperas) (Duncan, 2006).

Similarmente la Asociación Chilena de Arteterapia (en adelante ACAT) define el arteterapia como una disciplina que utiliza la expresión plástica como un medio de expresión, para examinar

y elaborar el mundo interno de los pacientes en el proceso psicoterapéutico. El arte integra diversas funciones permitiendo lograr integraciones asociativas, cognitivas, espaciales y creativas, desarrollando en el individuo mediante este proceso terapéutico la creación de habilidades tales como: reconocer y expresar las emociones, reconocer y utilizar las fortalezas, promover el crecimiento personal, mejorar la comunicación y el conocimiento de sí mismo. (ACAT, 2019)

De hecho la Asociación Americana de Arte Terapia (en adelante AATA), define el Arte Terapia como una profesión de Salud mental que utiliza el proceso creativo de “hacer arte” para mejorar el bienestar físico, mental y emocional de las personas de todas las edades. Se basa en la creencia que el proceso creativo. Involucrado en la expresión artística, ayuda a resolver conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, a manejar el comportamiento, a reducir el estrés, a fortalecer la autoestima, mejorar La timidez y alcanzarel conocimiento de uno mismo (AATA, 2015).

Para la Asociación Británica de Arte Terapia (en adelante BAAT), el Arte Terapia es una forma de psicoterapia, que utiliza los medios artísticos como su primera forma de comunicación ( BAAT, 2020) Para el comité permanente de profesiones de terapias artísticas (AT) en Murcia, España, la definición de la arteterapia le otorga un conjunto de prácticas clínicas o asistenciales utilizadas enla creación artística como centro de la triple interacción entre sujeto-obra-terapeuta (SCAPT, 1989). Este concepto resalta la importancia que debe de haber en la interacción entre sujeto y terapeuta, la calidad en el contexto argumentativo, encierra la relación básica de esta triangularidad para lograr mejores resultados en el proceso del tratamiento (AT, 2009). Es muy importante el vínculo entre el individuo y el terapeuta.



De acuerdo con Miranovic (1999) destaca que el arteterapia es una especialización que recurre a las artes y a las imágenes visuales, observándolos de este modo como procesos creativos perceptivos con fines terapéuticos, educativos, de prevención, rehabilitación y desarrollo personal. El uso de las artes visuales ayuda a la integración o reintegración de la personalidad, originando cambios favorables en el modo de vida de los pacientes, que se amplían fuera de la sesión misma. Miranovic (2007) también destaca los sueños como un insight que pueden plasmarse por medio de los procesos creativos, favoreciendo la liberación de tensiones del inconsciente y favoreciendo el crecimiento personal. Según este autor la arteterapia permite la expresión e identificación de conflictos e irlos trasformando en procesos creativos para ir concibiendo el mundo de manera diferente y positiva. El Arte Terapia otorga especial importancia al potencial que ofrecen el arte y las imágenes visuales diferentes al lenguaje lineal y racional- para la comunicación interpersonal e intrapsíquica. La capacidad expresiva de las imágenes visuales, favorecen la aparición de elementos desconocidos por el sujeto, la imagen facilita la comunicación, y promueve cambios favorables en el estilo de vida. “A través del Arte Terapia se puede contribuir a expresar, explorar clarificar y redefinir las relaciones consigo mismo y con los demás”. (Miranovic, 2007, pág., 19.).

Para la Asociación Americana De Terapia Artística (AATA, 2015), la terapia del arte es una profesión que se desarrolla en el ámbito de la salud mental, y utiliza el proceso creativo artístico con el objetivo de renovar y vigorizar el bienestar físico, emocional y mental de los sujetos de todas las edades. Apunta que los procesos creativos involucrados en la expresión artística ayudan a las personas a resolver conflictos, desarrollar destrezas intra e interpersonales, manejar de una forma más asertiva la comunicación, controlar el comportamiento, reducir el estrés, aumentar la autoestima, creando una nueva conciencia lucida de sí mismo. Esta terapia agrupa distintos campos de desarrollo humano, como los son; las artes visuales incluyen (dibujo, pintura, escultura y otras formas de arte) y el proceso creativo con modelos psicodinámicos y de asesoramiento.

Así mismo para Marxen (2011) el arteterapia es una técnica terapéutica en la que el paciente puede comunicarse con los materiales artísticos, los cuales facilitan la expresión y la reflexión.

#### Arteterapia analítica

Está orientada a liberar el inconsciente mediante imágenes espontáneas proyectadas en expresiones gráficas y plásticas, para Margaret (1997) se prioriza el dibujo espontáneo y las asociaciones libres, facilitando por medios de las imágenes que los contenidos inconscientes afloran a la conciencia. El terapeuta va guiando el proceso de develar y tratar los contenidos inconscientes, atribuyéndole a la comunicación y el insight que a la perfección del producto artístico, por lo cual el desarrollo del tratamiento así como su evolución dependerá de la relación transferencial y de la disposición continuo, para que el paciente haga su propia interpretación de sus dibujos (Achurra, 2007).

El dibujo circular permite el acercamiento con las representaciones personales, como el mundo y el equilibrio espiritual (Achurra, 2007).

## **Elementos psicológicos del arteterapia**

### **El arteterapia y las emociones**

El trabajo con las artes ayuda al desarrollo personal y emocional. A lo largo de los diferentes postulados psicoanalíticos como los aportes de Freud, Klein, Ana Freud y Winnicott ( Fiorini, 1923) se observa que el inconsciente funciona más con símbolos que con palabras razonadas. El uso de las artes facilita el proceso de reflexión y su desarrollo, las imágenes transmiten más que las palabras, brindan un medio seguro, para explorar temas difíciles (Duncan, 2007).

Siguiendo a Motos (2003), quien dice que etimológicamente la expresión se deriva de la palabra en latín exprimere, que significa hacer salir lo presionado, la expresión es el movimiento del interior hacia el exterior, una presión hacia fuera. Desde este punto de vista, el expresarse sería el resultado del retorno a la propia autenticidad y la traducción de nuestro ser en signos externos que manifiestan el yo interior.

Así mismo, Motos (2003), habla de cuatro tipo de expresiones que surgen en el psiquismo creador del individuo. El primer tipo de expresión es el; el eco de las primeras vibraciones del organismo. El autor afirma que en este acto se abre y trabaja con las artes se permite dejar escapar la sustancia del ser interior; los colores, la imaginación, la música de los cuerpos y los ritmos secretos del organismo van aliviando cargas del inconsciente. Mantiene huellas de las sensaciones que el cuerpo ha percibido desde que nace el individuo, la expresión las revive desde lo inconsciente, proyectándola en el presente, creando imágenes para resurgir un pasado que no ha sido destruido, sino encubierto por la conciencia. “la expresión abre el ser secreto y lo revela, sin traicionarlo” (Stern, 1976, p. 55). En segundo lugar menciona a la expresión como liberación, ya que en los efectos de la expresión surgen lapsos, emergencias de preocupaciones inconfesadas

o incontroladas y los dibujos automáticos son presentados frecuentemente como ejemplos de actos no aceptados por la razón. En este sentido de la expresión se fundamentaría la expresión catártica y terapéutica del arte. En tercer lugar, señala a la expresión como el enriquecimiento del yo, según el cual, la expresión ayuda a reanudar la realidad y autenticidad del sujeto, dando libertad al ego sincero y verdadero que el individuo posee, exteriorizando inteligente y beneficioso, para todo lo que el ser humano considera adecuado. Por ultimo plantea la expresión como creación, dice que la expresión es creatividad, por lo tanto, todos los seres humanos son creativos, siendo la expresión la base del proceso creador.

### **Psicoanálisis y arteterapia**

Fiorini (1995) admite que los procesos creadores se van constituyendo dentro del psiquismo, es decir dentro de un sistema creador. Transita los conceptos primordiales de esesistema- objetos de la creación o creatividad, dimensiones del sujeto de la creación, espaciospsíquicos donde se desenvuelven los procesos creadores y las formas de pensamientos de los procesos terciarios y temporalidad, los cuales dan orígenes a la creatividad en el individuo. Por lo tanto, esta dimensión tomaría el orden del creador como organizador de la técnica arteterapéutica y por ende de la teoría clínica psicoanalítica.

#### **5.1.2 Psiquismo y creatividad**

Con respecto al psiquismo y la creatividad, Fiorini (1995) en su libro “el psiquismo creador” habla de unas formaciones de los procesos terciarios una tópica del psiquismo creador, en la cual busca establecer cuáles son las operaciones, procesos y funciones psicológicas involucradas en los procesos que producen la creatividad en el individuo. Considera que hay un tipo de pensamiento en los procesos creadores que no se limita a las calidades o cualidades de los

procesos primario y secundario de la tópica de Freud, postulando la existencia de un tercer proceso el cual llama, proceso terciario ubicándolo en el origen de los objetos de creación.

Fiorini (1995), define la tópica creadora como aquel sistema capaz de organizar su eje a partir del trabajo de desorganizar lo dado, de descodificar lo codificado. Desarrolla así la noción de sistema creador vinculada con los procesos terciarios a lo que les otorga una jerarquía fundamental porque entre otras cosas estos procesos “mantienen las distinciones y oposiciones entre elementos que son propias de los procesos secundarios, pero sin quedar restringido por una lógica de contradicciones y exclusiones. Contienen entonces conjugadas energías ligadas y desligadas “. (p.19).

No obstante, la implicación entre primario y secundario no se consigue, para dar explicación a estos procesos. Recalca el dominio transformador sobre el mundo que se ligán a los procesos creadores y las modificaciones que el mismo individuo se da a partir del hecho creador. Para Fiorini (1995) los procesos terciarios son aquellos que con la ayuda de la conciencia permiten unir paradojas y sostener ligado lo que se rechaza del inconsciente. Zukerfeld (2019) dice que estas concepciones asociadas a diferentes autores esbozan los orígenes de la creatividad y a su vez un paso fuerte de la sublimación. El proceso terciario alude a la existencia de lo que se entiende como potencial hermenéutico universal del aparato psíquico, el cual permite que un sujeto en determinadas condiciones juega internamente entre los hechos, y la interpretación fantasmática de los hechos (Marxen, 2011)

La creatividad como construcción curativa es una frontera algo nueva dentro de la salud mental campo. La teoría de flujo de Csikszentmihalyi (2018) resumió la experiencia de la búsqueda creativa como "Un estado psicológico de absorción completa" (p.216), para el autorestado de Flow (flujo), es "un automático, sin esfuerzo, pero estado de conciencia altamente enfocado...

"(p.216) es el estado mental que se experimenta cuando los individuos están completamente inmersos en la práctica de crear. Músicos que tocan regularmente juntos, experimentan el flujo simultáneamente, sintiéndose conectados y afectados por la música que soncreando en el momento (Csikszentmihalyi, 2018).

### ***Procesos primario, secundario y terciario***

Forini citado por alazraki (2013), plantea que los procesos primarios y secundarios aluden a las dos formas de funcionamiento del aparato psíquico; el primero se caracteriza en el sistema inconsciente en el que la energía psíquica fluye libremente, pasando sin trabas de una representación a otra, según los mecanismo del desplazamiento y de la condensación, siguiendo la trama del deseo, rigiéndose este primer proceso por el principio del placer. En el proceso secundario, se caracteriza el sistema preconscious y consciente, donde la energía es ligada antes de influenciar en forma controlada. En este momento las representaciones son más estables, la satisfacción inmediata es aplazada, creando nuevas experiencias mentales, correspondiendo estas al principio de realidad. Estas concepciones han influenciado en la necesidad de establecer un tercer proceso como eje del desarrollo terapéutico. Por tal razón la tónica creadora considera al sistema capaz de organizar su eje a partir del aprendizaje desorganizado por medio del sistema creador, poder organizar elemento del psiquismo, y decodificar lo codificado. Los procesos terciarios otorgan una jerarquía, es decir tienen una representación previa y por medio de los procesos simbólicos se puede crear una nueva interpretación (Fiorini, 1995).

### ***Técnicas de las arteterapia***

Uchurra (2010) afirma: que al momento de realizar arteterapia se debe tener claro el tipo de intervención, según las necesidades del paciente y el enfoque que se va a usar, para esta autora la terapia se aplica de tres formas:

- Directiva: tiene en cuenta un tema específico, clarificados de acuerdo con los objetivos terapéuticos; es decir la estructura de las sesiones esta predeterminada, un ejemplo de enfoque seria el psicoeducativo.
- No directivo: aquí se le permite al cliente elegir el tema, las técnicas, y los materiales que quiere utilizar en su proceso de creación. Se le motiva a la expresión libre; esta relacionada con las intervenciones psicodinámicas.
- Semidirectivo: se prestablecen lineamientos básicos que a su vez son completados por el cliente o el grupo.

### **Aplicación de la arteterapia**

La arteterapia ofrece la opción de trabajar con todo tipo de personas, es decir el campo de acción es bastante amplio. Algunos campos de acción son: con niños y adolescentes, dificultades en el aprendizaje, violencia y agresividad, arteterapia de grupo y familiar (Chiriboga, 2010).

Asimismo Auchurra (2010) afirma: que la arteterapia se puede aplicar en todo el ámbito de la salud mental, ya sea para prevenir, fortalecer o corregir al individuo. De igual forma se puede aplicar en los ámbitos de la educación, trabajo comunitario, con poblaciones de alto riesgo, en patologías tales como: depresión, cáncer, ansiedad, discapacidad mental y física, enfermedades mentales entre otros campos (p. 29.)

### **Ansiedad**

Sierra, Ortega & Subeida, como es citado en Chiriboga (2010) etimológicamente hablando la ansiedad parte del término *anxietas* (latín), que significa angustia o aflicción, en la cual para algunos autores creen que cuando se habla de ansiedad y angustia se está hablando de lo mismo. En esta investigación se mencionaran como un sinónimo de angustia, buscando la relación existente con la arteterapia para aliviar los síntomas de la ansiedad, también en esta disertación

se aludiera algunas diferencias y conceptos del origen de la ansiedad, asimismo la distinción concebida desde algunos enfoques de la psicología utilizando los términos de angustia, estrés, emoción, miedo y timidez.

### **Definición de la ansiedad desde enfoque psicoanalítico**

Freud (1971) distinguió a la ansiedad como un estado afectivo desagradable en el que aparecen fenómenos como la aprensión, sentimientos desagradables, pensamientos molestos y cambios fisiológicos que se asocian a la activación autónoma. De igual manera Freud (1971) identifica tres teorías sobre la ansiedad:

- 1) La ansiedad real que aparece ante la relación que se establece entre el yo y el mundo exterior; se manifiesta como una advertencia para el individuo, es decir, le avisa de un peligro real que hay en el ambiente que lo rodea.
- 2) La ansiedad neurótica, que resulta más complicada, se entiende también como una señal depeligro, pero su origen hay que buscarlo en los impulsos reprimidos del individuo, siendo ésta la base de todas las neurosis; se caracteriza por la carencia de objeto, estando el recuerdo del castigo o evento traumático reprimido, no se reconoce el origen del peligro. Además, se relaciona el peligro con el castigo contingente a la expresión de los impulsos reprimidos, lo que permite reconocer la superioridad de esta ansiedad respecto a la objetiva, diferencia entre peligro real externo, peligro de origen interno, y desconocido. Con respecto al primero, señalaque produce la ansiedad objetiva o miedo del supuesto de Spielberger; dicha ansiedad neurótica ocurre cuando el yo intenta satisfacer los instintos del ello, pero tales exigencias le hacen sentirse amenazado y el sujeto teme que el yo no pueda controlar al ello. 3) La ansiedad moral es conocida como la de la vergüenza, es decir, aquí el súper-yo amenaza al sujeto con la posibilidad de que el yo pierda el control sobre los impulsos.



Para Freud (1971) toda psiconeurosis es un trastorno emocional expresado en el plano psíquico, con o sin alteraciones somáticas, y con una leve distorsión afectiva del sentido de la realidad que se manifiesta en las relaciones sociales e interpersonales como la expresión de otros conflictos psicológicos. Cualquier tipo de psiconeurosis (neurosis) presenta una característica común: la ansiedad, refiriéndose aquí a un estado puramente mental del sujeto. Otras características a destacar serían: la inmadurez emocional y la necesidad de dependencia, que es a su vez un producto del Psicoinfantilismo del neurótico, ya que todo neurótico suele sentirse la mayoría de las veces como un ser inferior e inseguro respecto a los demás.

De igual manera, las observaciones clínicas de Klein sobre las conceptualizaciones de la pulsión de muerte, aseguran que la ansiedad surge como respuesta del “yo” ante las experiencias previa del bebe y percibida como peligrosa. El niño al momento de nacer experimentando situaciones de gratificación y de frustración, adjudica al niño desde su nacimiento un yo débil, precario, poco organizado, en el cual se puede implementar ciertos mecanismos de defensa que le permite su desarrollo psíquico. La autora introduce el concepto de fantasía inconsciente, sobre el cual afirma que es la expresión mental de los impulsos instintivos, por lo tanto estos existen, desde el comienzo de la vida. El crear de la fantasía manifiesta funciones del yo. Al comparar esta evidencias, se desprende que desde el nacimiento el yo establece relaciones con los objetos en la fantasía y en realidad, y determina que la fantasía no hay que pensarla como una fuga de la realidad sino como inevitablemente unida a las experiencias reales y en continua interacción. En conexión con la ansiedad primordial de la niña, describió el temor infantil a la pérdida de amor entérminos que en alguna medida parecen aplicarse a niños de ambos sexos: Si la madre está ausente o ha retirado su amor del niño, ya no está seguro de que sus necesidades serán satisfechas y puede quedar expuesto a los más dolorosos sentimientos de tensión (Clancy, 2005).

## **Método**

### **6.1. Tipo de investigación**

Se realiza una investigación cualitativa, de nivel descriptivo, usando como técnica la revisión documental. La cual es aplicable cuando el propósito es conocer un fenómeno social y cultural a partir de textos escritos, esta investigación busca establecer la relación existente entre la arteterapia como técnica de intervención terapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad y lo expuesto por la literatura acerca de ella. Teniendo en cuenta que se revisaron 56 artículos los cuales están referenciados en este trabajo y 16 se utilizaron para el análisis de los resultados, discusión y conclusión.

La investigación bibliográfica o documental, es aquella que se realiza a través de la consultade documentos tales como: (libros, revistas, periódicos, memorias, anuarios, registros, códigos, constituciones, etc.). En un sentido estricto, la unidad de análisis son los propios documentos. Depende fundamentalmente de la información que se recoge o consulta en documentos, entendiéndose este término, en sentido amplio, como todo material de índole permanente, es decir, al que se puede acudir como fuente o referencia en cualquier momento o lugar, sin que se altere su naturaleza o sentido, para que aporte información o rinda cuentas de una realidad o acontecimiento (Callejo & Viedma, 2005).

El paradigma cualitativo, según Álvarez, et al. (2007), no es subjetivo ni objetivo, sino interpretativo, incluye la observación y el análisis de la información en ámbitos naturales para explorar los fenómenos, comprender los problemas y responder las preguntas. El objetivo de la investigación cualitativa es explicar, predecir, describir o explorar el “porqué” o la naturaleza de los vínculos entre la información no estructurada. (Van Dalen & Meyer, 2006).

En cuanto a la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres

y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas. “Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más categorías” (Van Dalen & Meyer, 2006, p.1).

## **6.2. Técnicas de recolección de información**

Como técnicas de recolección de la información, se tuvo la revisión bibliográfica en diversas fuentes de bases de datos científicas en la web como Redalyc, Scielo, Dialnet, Elsevier, RefSeek. Scopus, en base de datos de la universidad de la costa. En el idioma español, inglés y portugués, correspondiente a los años 2015 y 2020.

Se siguen los siguientes pasos:

1-Se planteó el problema de investigación para determinar los criterios de selección de los estudios.

2- Se escogieron las palabras claves que orientaron la búsqueda, tales como: en español (arteterapia, ansiedad, técnicas, herramientas, psicoanálisis, creatividad, inconsciente), en inglés (art therapy, anxiety, relationship, artistic, exploration).

3 – Se establecieron los siguientes criterios de selección:

- Artículos científicos, tesis de pregrado y posgrado, revisiones sistémicas, publicados entre el 2015 y 2020.
  - Estudios de tipo cualitativo y cuantitativo con acceso a los textos completos.

- Revisiones científicas y sistémicas que hagan énfasis en la arteterapia y ansiedad, los aportes de la arteterapia como técnica psicoanalítica para aliviar o disminuir los síntomas de la ansiedad, el arteterapia y su relación con el psicoanálisis.
- 3 -Se realizó la búsqueda de documentos publicados en las bases de datos tales como: Redalyc, Scielo, Dialnet, Elsevier, RefSeek, Scopus, google académico.  
-Se realizó una síntesis con cada uno de los artículos seleccionados, en total se revisaron 56 artículos y 16 se seleccionaron, para realizar discusión y análisis de resultados, en los cuales cumplía con los criterios de inclusión, identificando la información relevante en cada documento en relación de las técnicas arteterapéuticas para disminuir los síntomas de la ansiedad. De cada artículo se incluyó los autores, título, objetivo, metodología, resultados y conclusiones.
- 5 -Se determinaron las categorías que orientaron el estudio: Ansiedad, arteterapia, arteterapia punto de vista psicoanalítico, expresión como técnica, expresión en el arteterapia, creatividad.

### **6.3. Criterios de selección**

- Los documentos deberán ser de bases de datos científicas como Redalyc, Scielo, Dialnet, Elsevier, RefSeek. Scopus, en el idioma español, inglés y portugués.
- Estudios sobre arteterapia en intervención terapéutica de pacientes con síntomas de ansiedad.
- Correspondientes a los años 2015 a 2020
- Investigaciones correspondientes con la metodología e intervenciones del arteterapia

### **6.4. Procedimiento**

La realización de esta investigación es de carácter documental como actualización teórica, no se desarrolla técnicas aplicadas. Consistió en un tipo de revisión, en la cual se explora las base de datos y terminada la búsqueda de documentos académicos en torno al arteterapia como técnica de intervención terapéutica para el alivio de ansiedad, fueron seleccionado en total 55 artículos, fueron escogidos y analizados de acuerdo con los criterios de inclusión, los cuáles se escogieron 16 para el análisis de los resultados de acuerdo con los objetivos del estudio, en los cuales se encontraron 7 investigaciones específicas con relación a la disminución de los síntomas de la ansiedad con el uso de las arteterapia.

## **6.6. Ordenamiento categorial**

### **6.6.1. Arteterapia**

Para Marxen (2011) el arteterapia es una técnica terapéutica en la que el paciente puede comunicarse con los materiales artísticos, los cuales facilitan la expresión y la reflexión, sería otra forma de explorar el inconsciente a través de materiales artísticos, donde el individuo puede plasmar por medio del arte sus más profundos temores, tristeza, alegrías siendo este un medio catártico.

### **6.6.2 Ansiedad**

Ansorena, Cobo y Romero (1983) definen la ansiedad como un estado interno de los sujetos que, ante un estímulo considerado como potencialmente nocivo, no se emiten las conductas motoras de evitación y huida.

### **6.6.3 Ansiedad punto de vista psicoanalítico**

Sierra (2003) sostiene que la teoría psicoanalítica, sobre los fundamentos del origen de la ansiedad se deben a que el origen del síntoma del psiconeurótico es producto del conflicto entre un impulso inaceptable y una contrafuerza aplicada por el yo.

#### **6.6.4 Expresión como técnica**

Siguiendo a Motos (2003), quien dice que etimológicamente la expresión se deriva de exprimere, que significa hacer salir lo presionado, es decir la expresión es el movimiento del interior hacia el exterior, presión hacia fuera. Expresarse sería el resultado del retorno a la propia autenticidad y la traducción del ser en signos externos que manifiestan el yo interior.

#### **6.6.5. Expresión en el arteterapia**

Así mismo, Motos (2003), habla de cuatro tipos de expresión que surgen en el psiquismo creador del individuo, en primer lugar sería; el eco de las primeras vibraciones del organismo.

En segundo lugar expresión como la liberación del yo, en tercer lugar, la expresión como enriquecimiento del yo, y el cuarto la expresión como creación.

#### **6.6.6. Creatividad**

Álvarez (como se citó en López, 2018) dice que la creatividad es un proceso del pensamiento, un mecanismo intelectual a través del cual se asocian ideas o conceptos, dando lugar a algo nuevo, generando nuevas soluciones.

## 1.

## Resultados

Tabla 1.

Descripción de los documentos seleccionados

Autor y fecha	Título	Objetivo	Metodología	Resultados	Conclusiones
<b>Guerrón Pérez,Erika (2015)</b>	Guía didáctica de estrategias en arte terapia para el trabajo con adolescentes entre edades de 16-18 años que presentan ansiedad del colegio fiscal Octavi o Cordero Palacios.	Beneficiar a quienes tienen dificultades emocionales o de comportamiento y cuyas necesidades no puede ser atendidas en el seno familiar o en el ámbito escolar.	Descripción teórica o conceptual.	Creación de la Guía didáctica de estrategias en arteterapia para facilitar el desarrollo y bienestar del alumnado.	El arteterapia consta de varios factores al igual que distintos enfoques en los que se pueden aplicar las intervenciones artísticas dependiendo de las necesidades del paciente para poder obtener resultados exitosos. Algunos de ellos serían lograr mejoría en su identidad,

	Universidad de Azuay. Cuenca – Ecuador				imagen del cuerpo, conocer sus sentimientos, aumentar su autoestima, conocer y respetar su entorno y su espacio en el mundo. Así es como el arte es considerado como una sanación a través del mejoramiento del bienestar y equilibrio psicoemocional.
<b>Abril Tapias, Daniela. Coronel Heredia, Karen. Cuenca – Ecuador,</b>	Estudio descriptivo para la influencia de los talleres de terapias alternativas y psicoeducación	Elaborar y describir la influencia de dos programas de intervención los talleres de terapias alternativas y la	Descriptiva, cuantitativa. Escala de ansiedad de Reynolds y Richmond	Se observó que las dos intervenciones disminuyeron significativamente los síntomas de ansiedad	La influencia de las terapias alternativas (danza, terapia a, dibujo, pintura, arcilla, mandala, respiración y relajación) y psicoeducación



<b>2017</b>	para disminuir los síntomas de ansiedad en adolescentes de la Unidad Educativa Luisa de Jesús Cordero.	psicoeducación, para la reducción de los niveles de ansiedad ante los exámenes en estudiantes de la Unidad Educativa Luisa de Jesús Cordero.	(2012)  Entrevista.	donde un 90.9% de los estudiantes  indican ausencia de ansiedad y el 9.1%  restante  muestran ansiedad leve.	para la disminución de los síntomas de ansiedad en los adolescentes, ha ejercido un efecto positivo, pues la obtención de herramientas y habilidades que les permitan expresar sus emociones de forma asertiva contribuye con un mejor rendimiento escolar.
-------------	--	---	---------------------------	---	---

Autor y fecha	Título	Objetivo	Metodología	Resultados	Conclusiones
<b>Vásconez</b> <b>Gavilanez</b> <b>Doris Tatiana.</b> <b>Quito</b> – <b>Ecuador, 2017</b>	Aplicación de la técnica de la Arteterapia como medio de intervención Terapéutica para disminuir el Trastorno de Ansiedad Generalizada en pacientes	Evidenciar la efectividad que tiene la utilización de la técnica de Arteterapia al aplicarse como medio de intervención interapéutica para disminuir el trastorno de ansiedad generalizada en el	Mediante la observación sistemática con la ayuda de una escal a estandarizada que midió el nivel de ansiedad de cada usuario, para la aplicación de esta técnica se utilizó la	Se representó el efecto que tuvo el uso de la Arteterapia dentro del área terapéutica, mediante una comparación entre los resultados iniciales y finales se puede observar que disminuyó el trastorno de ansiedad generalizada en: un 70% mejoró su condición y solo en un 30% no se observó ningún avance.	La técnica de arteterapia, mejoró la calidad de vida y disminuyó el nivel de ansiedad de los pacientes, es un medioterapéutico novedoso, muy utilizado hoy en día en la rehabilitación neuropsicológica, es aquí en donde los usuarios fueron los únicos autores de cada creación, reflejaron sus habilidades, esfuerzo , expresaron sus

	adulto	adulto	interpretación de		sentimientos, liberaron
	smayores, de	mayor,	una ficha de cotejo,		emociones y se concentraron
	edades	favoreciendo	el		por terminar cada actividad
	comprendidas	desempeño	se pudo conocer y		olvidando sus problemas de
	entre los 65 a 75	ocupacional	del clasificar		su diario vivir, formando
	años que acuden al	paciente.	actividades de		parte de la sociedad
	servicio de Terapia		interés del adulto		
	Ocupacional del		mayor enfocado a		
	Centro de Salud		su tratamiento		
	Tipo “C” de				
	Guamaní en el				
	periodo				
	Abril				
	-Septiembre 2017				

<b>Yáñez Orbea, Tamara Nicole. Quito – Ecuador, 2018.</b>	Efectividad del arte terapia en disminuir los niveles de ansiedad en niños de 2 a 7 años diagnosticados con mutismo selectivo.	Analizar la efectividad del arte terapia en su implementación al plan terapéutico de niños con mutismo selectivo y comprobar si hubo reducción significativa de la ansiedad	15 niños de 2 a 7 años diagnosticados con mutismo selectivo. Escala Revisada de ansiedad y Depresión Infantil (RCADS) antes y después de la aplicación del tratamiento. Entrevistas al finalizar la terapia	Reducción de ansiedad significativa luego del arte terapia, reflejado tanto en el RCADS como en las experiencias de los niños.	Se espera que en futuros estudios se considere implementar el arte terapia dentro del plan terapéutico para cualquier trastorno que contenga ansiedad y sobre todo si se trabaja con niños. Luego de este estudio se espera también que el arteterapia reemplace a la farmacoterapia como reductor de la ansiedad dentro el mutismo selectivo.
---	--	---	---	--	--

			para evaluar la experiencia de los niños y padres.		
--	--	--	--	--	--

Autor y fecha	Título	Objetivo	Metodología	Resultados	Conclusiones
<b>Bermúdez de Castro, Beatriz. Madrid, 2016</b>	Influencia de una exposición de arte sobre la ansiedad percibida en personas altamente sensibles	Estudiar la influencia de observar una exposición de arte sobre la ansiedad percibida en Personas Altamente Sensibles	Muestra 90 personas en dos grupos: control experimental. Escala para Personas Altamente Sensibles y el cuestionario STAI (ansiedad-estado), el grupo control realizó tareas domésticas durante una hora mientras que el experimental	Los resultados mostraron un descenso significativo de la ansiedad percibida en el grupo experimental tanto en PAS como en no PAS, aunque fue más acusado en los primeros.	Se concluyó que el observar una exposición de arte tiene un efecto tranquilizador por sí mismo, y que resulta una actividad tremendamente aliviadora para las PAS, perteneciente a una población normal. En el futuro sería interesante aplicar este estudio en una muestra de PAS diagnosticadas de trastorno de ansiedad, para analizar la

			acudió a la exposición de arte guiada “Realistas de Madrid” en el Museo Thyssen.		utilidad de esta actividad en una población clínica
<b>De</b>  <b>n</b>  <b>Mayorga,</b>  <b>Edna &amp; Avila</b>  <b>Chís, Shayla.</b>  <b>Guatemala,</b>  <b>2018</b>	Abordaje  terapéutico de la ansiedad utilizando la técnica de pintura en niños de 7 a 12 años debido a conflictos en pareja	Conocer la efectividad de la técnica de pintura en el abordaje de la ansiedad en niños de 8 a 12 años debido a los conflictos de pareja	Enfoque cuantitativo, modelo descriptivo. Abordaje terapéutico de ansiedad utilizando la técnica de pintura en	Se pudo observar que los niños solían expresar las emociones que les eran reprimidas dentro del salón de clases o en sus casas. Dichas emociones eran a consecuencia del	Con el avance de las diferentes actividades se pudo ver que los niños podían expresar lo que sentían y reconocer sus emociones, así como liberarse de ellas, lo que les permitió trabajar más

	a  manifestados por  sus padres.	presentados por sus  padres	niños de 8 – 12  años, evaluar  síntomas  ansioso  s  posterior a  la  aplicación del  programa de  arteterapia. Muestra  de 17  niños, de la Escuela  Oficial Urbana de  niñas No. 3 “San  Sebastián”	entorno no adecuado  para su desarrollo, así  mismo se pudo  descubrir que muchos  de ellos ocultaban sus  pinturas cuando  terminaban, por el  miedo a que se les dijera  que no estaba bien lo  que habían realizado.	concentrados y conscientes  del reconocimiento de las  mismas sin ocultar sus  creaciones, dando como  resultado que la técnica de  pintura permitiera a los  niños expresar síntomas  ansiosos disminuyendo el  apareamiento de los  mismos.
--	--	-----------------------------------	--	---	---



Autor y fecha	Título	Objetivo	Metodología	Resultados	Conclusiones
<b>Garzón Batista, Yaravis. Santiago de Veraguas, Panamá, 2015.</b>	Arteterapia cognitiva conductual para el tratamiento de ansiedad y depresión en un grupo de pacientes oncológicos de la asociación nacional contra el cáncer capítulo de	Conocer los efectos de la arteterapia cognitiva conductual sobre los niveles de ansiedad y depresión en un grupo de pacientes oncológicos, que acuden a la Asociación Nacional contra el Cáncer, capítulo de Veraguas.	Muestra 16 pacientes evaluados con Inventarios de Ansiedad y de Depresión de Beck. Fueron distribuidos aleatoriamente en dos grupos, control y experimental. Este último , sometido a	En el resultado de la prueba de ansiedad resultó que los niveles de ansiedad no disminuyeron de manera significativa En la escala de depresión se concluye que existe suficiente evidencia estadística para indicar que los pacientes con cáncer disminuyeron sus	Los sujetos tuvieron una buena disposición a participar del tratamiento, puesto que para la mayoría era la primera vez que tenían contacto con materiales artísticos y la oportunidad de contar con un entorno de confianza para la expresión de pensamientos y emociones.

	Veraguas.		un tratamiento arteterapia cognitiva- conductual, que se desarrolló en 11 sesiones aplicadas una vez por semana, con duración de dos horas cada una.	niveles depresivos de después del tratamiento	
--	-----------	--	--	--	--

<b>Roesler, Crhistian.</b>	Terapia de juego de arena: una visión general de la teoría, aplicaciones y base de evidencia	Proporcionar una visión general de la teoría y la práctica de SPT en entornos individuales y grupales, su aplicación a diferentes grupos de clientes y problemas de salud mental, y el estado de la evidencia.	Búsqueda sistemática	El enfoque no verbal de SPT es especialmente aplicable en el trabajo con niños y con adultos con problemas de trauma, angustia, discapacidad y migración. La búsqueda sistemática encontró 16 ECA y 17 estudios de efectividad, que encontraron mejoras significativas con tamaños de efectos moderados para una variedad de problemas	Andplay Therapy (SPT) es una psicoterapia utilizada en todo el mundo, con un aumento considerable del crecimiento en los últimos 15 años. Aunque se justifica una mayor investigación, el estado actual de la evidencia destaca una gama de beneficios potenciales de la SPT en la práctica clínica, estrés traumático, discapacidades o problemas de lenguaje, que
----------------------------	--	--	----------------------	--	---

				de salud mental en niños y adultos.	son difíciles de tratar con los métodos convencionales de psicoterapia.
<b>Pilar chiriboga</b>	el arte-terapia como	observar si el	La metodología a ser	En el primer caso del niño	Como conclusión se puede decir

<b>hurtado, 2010.</b>	técnica terapéutica	arteterapia permite	utilizada en esta	de 10 años de edad,	que la terapia por medio del
<b>Quito-ecuador.</b>	para reducir la	reducir la	disertación es la	Juan, la psicoterapia	artees
	ansiedad en	ansiedad que	organización del	artística ayudó a reducir	una herramienta alternativa a
	pacientes que	presentanlos	material con el que	sus nivelesde ansiedad	laterapia convencional, pues
	presentan	pacientes ante la	seva a trabajar, para	que se producían por la	estabrinda al paciente un
	resistenciaa la	resistencia que	el estudio de la	resistencia a hablar de	espacio diferente a la
	psicoterapia	Los mismos pueden	información	su problemática familiar,	expresión que no sea sólo
	convencional	tener ante una terapia	recogidamediante	en el sentido de que él	la palabra. Mediante el arte
	durante el proceso	convencional que se	la lectura de textos,	pudo proyectar mediante	unopuede llegar a conocer
	psicológico	centra en la palabra.	las creaciones	las creaciones	sus emociones más
			artísticas como los	artísticas sus vicisitudes.	impulsivas, e íntimas gracias
			dibujos y trabajos	Sin embargo, durante el	a la serie de símbolos
			conarcilla y el	transcurso del proceso,	Que la expresión
			análisis de los dos	laresistencia	artísticapermite
			casos atendidos en	de Juan estuvo de	plasmar en su creación.

			<p>el Centro Terapéutico Creciendo en Familia; realizando la ordenación de la misma según los objetivos específicos a conocer, Redactando un informe como base del trabajo, y finalmente un análisis de este informe.</p>	<p>manera continua, presente en cada sesión, pues no llegaba a confiar del todo en la terapeuta como para comunicarle sus emociones en relación al Sentimiento de abandono que tenía de su padre. Ello influyó en que el niño no continuara la terapia y no se hiciera el cierre pertinente del caso.</p>	
--	--	--	---	---	--

<b>JUAN CARLOS SIERRA, 2003. Granada, España.</b>	<b>Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos A diferenciar.</b>	El objetivo de este trabajo es hacer una revisión de los conceptos de ansiedad, angustia y estrés, a fin de delimitar el solapamiento entre los mismos (especialmente entre ansiedad y angustia, p	vamos a centrarnos en describir la evolución histórica de los conceptos de ansiedad, angustia y estrés, recogiendo las distintas conceptualizaciones que se han propuesto por una variedad de autores de la comunidad	El abordaje de la ansiedad ha tenido un proceso paulatino y complejo, empezando por la filosofía existencial, pasando por el psicoanálisis de Freud para llegar a tener múltiples Conceptualizaciones conductuales, cognitivas y cognitivo-conductuales.	Los conceptos de ansiedad, angustia y estrés han sido confundidos a lo largo de la historia; éstos se han explicado a partir de Enfoques procedentes de distintas disciplinas.
---	---	--	---	--	--

			psicológica y filosófica, destacandolas diferencias entre las mismas; además, ofreceremos la visiónque han tenido los distintos enfoques con sus respectivas teorías sobre dichos conceptos; finalmente, realizaremos un		
--	--	--	--	--	--



			apartado de conclusiones Sobre esta revisión.		
<b>Francis Ries,</b> <b>Carolina Castañeda</b> <b>Vázquez,</b> <b>María del Carme</b> <b>n Campos</b> <b>Mesa y Oscar</b> <b>Del</b>	Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competencias deportivas Relationship among state and trait	comprobar la teoría de la interacción de Spielberg (1972) en el ámbito de la competición deportiva, analizando las relaciones entre ansiedad-estado y ansiedad-	En este estudio participaron 135 deportistas de ambos sexos, 80 varones y 55 mujeres con edades comprendidas entre 18 y	en el presente estudio utilizamos path-analysis más exigente s, respectivamente, para el análisis estadístico de datos, que conllevan la	Por tanto, se puede confirmar la suposición de Spielberg (1972), en el sentido de que el aumento de la ansiedad-estado depende de la ansiedad-rasgo. Esta relación se refleja con mayor precisión en la dimensión somática que en la

<b>Castillo</b>	anxiety in sport	rasgo en la	26 años (M =	particular ventaja de la	dimensión
<b>Andrés, 2012.</b>	competitions	competición, según	21.15;	consideración	de preocupación. En los
	Relações	las	D.T. = 2.61)	simultánea multivariada	estudios de campo
	entre	dimension	elegidos al azar de	de la ansiedad-rasgo y	realizados por
	ansiedade-traço	essomáticas y	la lista de las	ansiedad-estado	Schwenkmezger (1985), no
	e	cognitivas de la	federacion	registrados, y que	se encontró ninguna prueba
	ansiedade-estado	ansiedad-rasgo y	es deportivas del	permiten la	para ello, de modo que
	em competições	ansiedad estado.	“Comité	representación y	puede deducirse que la
	esportivas.	Para evaluar ambos	Olympique et	descripción	influencia teórica esperada
		constructos se utilizó	Sportif	de relaciones de efectos	de la ansiedad-rasgo sobre
		la versión alemana de	Luxembourgeois”	tanto parciales como de	el aumento de la ansiedad-
		los cuestionarios	(COSL).	conjunto	estado se basaría en
		WAI- T y WAI-S.		Para comparar la	situaciones
				estabilidad intra-	ambivalent
				individual de la	es (aquellas
				ansiedad-	que no permiten una

				rasgo competitiva y la	evaluación precisa de amenaza).  Nuestros resultados señalan que las competiciones también
--	--	--	--	---------------------------	---

				<p>variabilidad intra-ofrecen</p> <p>individual de la condicion</p> <p>ansiedad-estado esambivalentes,</p> <p>competitiva, se</p> <p>realizan</p> <p>análisis de varianza</p> <p>independientes 2 x 2</p> <p>conmedición repetida</p> <p>para lasdimensiones</p> <p>somática y</p> <p>cognitiva</p> <p>(Ansiedad-</p> <p>rasgo/ansiedad-</p> <p>estado</p>
--	--	--	--	--

<b>Diana Agudelo*, Gualberto Buela-Casal*, Charles Donald Spielberger. Salud Mental, Vol. 30, No. 2, marzo-abril2007 33</b>	Ansiedad y depresión: problema De la diferenciación a través de los síntomas	y diferenciación de los el síntomas entre ansiedad y depresión, constituy euna de las grandes preocupaciones en la psicopatología, dadaslas profunda implicaciones para las tareas Diagnósticas y de intervención. La problemática	Este modelo intenta describir la sintomatología de la depresión y de la ansiedad, además de ser usado para describir la relación entre estos trastornos y las dimensiones de la personalidad, con lo que representarían cierta forma de predisposición a Desarrollar	Desde la perspectiva anterior es importante considerar la requisición de rigurosidad con que deben llevarse a cabo los estudios de construcción y validación de herramientas como criterio necesario para incrementar la eficacia en los procesos diagnósticos	Las evidencias aportadas aquí acerca de la existencia de factores predisponentes y/o disposicionales, así como la diferenciación entre características transitorias y estables, hace suponer la importancia de retomar aspectos previamente desarrollados Desde la psicopatología y la psicología.
---	--	--	--	--	--

		referida anteriormente se ve reflejada en los datos de vigilancia epidemiológica, según los cuales se indica una fuerte comorbilidad entre ambos tipos de trastorno, sin que llegue a establecerse con precisión cuál antecedente predispone al	trastornos de ansiedad o depresión.		
--	--	--	---	--	--

		Otro, o si se trata de una confusión.			
<b>COCA</b>	Arte para todos.	Desarrollar la	De este modo,	Finalmente se ha	Los medios utilizados en
<b>JIMÉNEZ, P.,</b>	Proyecto	de empatía	el	consolidado un grupo	todo
		y la autoestima,	proyecto Arte	de	momento están
		como	para		directamente

<b>OLMOS DE</b>	investigación y complemento para el	todos se articuló en	trabajo que colabora en	relacionados con las
<b>GRACIA, A.,</b>	creación con	Bienestar de	cuatro fases la investigación, el	prácticas artísticas
<b>GARCÍA</b>	personas con	personas con	consecutivas. Una	planteamiento, la contemporáneas. No
<b>CEBALLOS,</b>	capacidades	capacidad	primera, basada en	estructura y el desarrollo
<b>S.ET AL.</b>	diversas	esdiversas.	unproceso de	del mismo.
<b>(2013).</b>		-Regular las	indagación sobre	Consideramosque este
<b>Papeles de</b>		conductas para el	lasnecesidades del	aspecto ha sido muy
<b>arteterapia y</b>		desarrollo de	gruporesultado de	positivo y fructífero a la
<b>educación</b>		habilidades sociales y lasreuniones,	del hora de realizar el	aunque este
<b>artística para</b>		resolución	periodo de	proyecto ya que está
<b>lainclusión</b>		de conflictos, por	observación y	resultado ser mucho más
<b>socialVol.: 8.</b>		medio del arte	documentación de	enriquecedor y
<b>Páginas</b>		contemporáneo.	experiencias	ambiciosode lo que se
<b>155-168.</b>			previas.	planteaba en las
			expectativas iniciales	personaltrabajando de forma minuciosa en la observación



					y recogida de datos de los procesos que se acontezcan en la realización de producciones artísticas.
<b>DOMÍNGUEZ</b>	Efecto de la	Reducir la	Enfoque	Una búsqueda	Tras la revisión documental
<b>TOSCANO</b>	arteterapia en la	reincidencia en	Metodológico	reciente <sup>1</sup> , en bases de	realizada sobre
<b>P.M<sup>a</sup>,</b>	ansiedad y	personas reclusas, una	del proceso	datos informáticas	investigaciones de arteterapia
<b>LÓPE</b>	depresión, la	vez sean	empírico Tras	de	aplicadas
<b>ZMARTÍNEZ</b>	capacitación	excarceladas.	el rastreo	documentación	en centros penitenciarios
<b>M<sup>a</sup> D. (2014).</b>	sociocultural y la	┐ Reducir la ansiedad	documental se pasó	bibliográfica,	queda constancia de la
	reducción de la	y la depresión.	ala realización de	ha obtenido como	laguna existente en cuanto a
	reincidencia	┐ Habilitar recursos	un trabajo de campo	resultado el hallazgo de	Pilar M <sup>a</sup> Domínguez, M <sup>a</sup>
	penitenciaria de	del desarrollo	de Carácter	97 documentos	Dolores López Efecto de la
	personas reclusas	cultural como	exploratorio y de	sobre	arteterapia en la ansiedad...

		funció	enfoque	aplicaciones	Arteterapia: Papeles de
		nmediática en el intercambio social, favoreciendo una valoración positiva de la propia aportación como fuente de enriquecimiento colectivo.	fundamentalmente cuantitativo.	Arteterapéuticas en prisiones. Los recursos utilizados son: Kvk(Karlsruhe Virtual Catalog), Science Direct, Dialnet, Google Académico, Rebium ,Plataforma OVIDSP, Psicodoc,Plataforma Proquest (7 bases de datos), ISI (Web of Knowledge),	en arteterapia y educación artística para la inclusión social 55 Vol. 9 (2014) 39-60 producción científica. Los resultados obtenidos con el programa de arteterapia implementado en el Módulo VI del Centro Penitenciario Huelva II, durante los años 2006 al 2009, demuestran que se ha conseguido reducir significativamente el nivel de depresión

				OCLC (Worlcat), SAGE. Evidentemente, somosconscientes de que estos	
--	--	--	--	---	--

				<p>informes no contemplan y ambos tipos de ansiedad la totalidad ni siquiera la en los sujetos participantes mayoría de aportaciones en el programa. Esta al respecto. No obstante, reducción es mayor en la a tenor de lo encontrado, Ansiedad Estado que en la parece claro que la Ansiedad Rasgo. Se ha aplicación producido también, y de arteterapéutico es manera destacable, una todavía una modalidad reducción de la reincidencia de intervención en extendida en este los participantes que han tipo de contexto. sido excarcelados durante el periodo de seguimiento de 2009 a 2013.</p>
--	--	--	--	---

<b>VICTORIA ACHURRA BURR, Santiago, Chile, 2007, “tesis de postgrado”</b>	La utilización del arte terapia en una mujer con depresión	Lograr familiarización con los materiales, mediante la búsqueda y exploración y así facilitar la Expresión. • Desarrollar el vínculo terapéutico, en un ambiente de cariño, contención y confianza. • Identificar y expresar las emociones y sentimientos que nos	El enfoque terapéutico fue semi directivo, los objetivos se fueron modificando a lo largo de las Sesiones respondiendo a las necesidades específicas del día. Las sesiones se iniciaban con una bienvenida. Por	El arte le ha permitido a M poder expresarse, es capaz de plasmar el dolor en la imagen, reconocer e identificar sus sentimientos. Descubre algunas de las causas de su pena y el resultado le afecta en forma positiva, ya que como ella comenta, el Arte Terapia la transporta a un estado de completa tranquilidad, en donde logra estar sola con sí	El Arte Terapia permite conectarse con lo más íntimo de uno mismo y reconocer cómo nos afecta el mundo que nos rodea. El Arte Terapia permite desarrollar la creatividad existente en todas las personas, de este modo nos entrega una herramienta para ser autores de una nueva realidad que nos permite percibir de un modo más personal el mundo que nos rodea, y nuestra propia esencia. En el caso de M, el
---	--	---	---	---	--

		produce la pérdida.	lo	misma y esto le ha	factor del género y la
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Superar barreras defensivas como disociación, omnipotencia, negación, idealización y Ambivalencia.</li> <li>• Reconocer y aceptar el objeto perdido.</li> <li>• Comprensión de las emociones proyectadas en las imágenes.</li> </ul>	<p>general, M venía con ganas de hablar, lo hacía espontáneamente, me contaba cosas personales, y era capaz de expresar sus inquietudes y sentimientos.</p> <p>Luego se realizaba un caldeamiento para que lograra concentrarse en sí</p>	<p>permitido volver a respirar. Siente la angustia, pero ésta ya no la paraliza.</p>	<p>pobreza posiblemente agravan su depresión.</p>

		<ul style="list-style-type: none"><li>• Expresar y explorar</li></ul>	misma y		
--	--	---	---------	--	--

		<p>las relaciones consigo mismo y con los demás.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reforzar el auto conocimiento y mejorarla autoestima</li></ul>	<p>conectarse con las emociones.</p>		
--	--	---	--------------------------------------	--	--



<b>María</b>	Arte y psicosis		La	Respecto a la arte	Se consiguió identificar que
<b>Alejandra</b>	desde el		metodología	terapia y la psicosis, se	la relación del arte y la
<b>Castro</b>	psicoanálisis: una		propuesta está	demostró que se puede	locura ha sido bastante
<b>Arbeláez,</b>	revisión de la		basada en una	intervenir en un	estudiada y que ha ido
<b>2014.</b>	Literatura.		revisión de la	proces	cambiando a través de los
			literatura acerca de o		avances científicos y
			la relación entre arte	psicoterapéutico en	culturales en cuanto a la
			y psicosis desde	donde se trabaje con	concepción de las mismas.
			el	arte en pacientes con	Con esta consideración se
			psicoanálisis. Para	psicosis, que puede	aclaró el vínculo entre el
			esto se trabajaron	llevar a que el paciente	genio y la psicosis,
			los artículos que	comience a construir	observándose que no todos
			tratando tanto de los	símbolos que le permitan	los artistas son personas con
			usos del arte	realizar una	psicosis y no todas las
			efectuados por	reestructuración que va a	sujetos con
			personas	poder evidenciar una	psicosis

			<p>diagnosticadas con mejoría en la</p> <p>psicosis, como las enfermedad ante un re</p> <p>intervenciones establecimiento de las</p> <p>artísticas de tipo estructuras del yo. Pero</p> <p>terapéuticas hay que resaltar que en</p> <p>efectuadas cada paciente esto</p> <p>por puede darse en</p> <p>profesionales diferentes niveles, es</p> <p>desde un decir que el arte</p> <p>modelo de utilizado en un proceso</p> <p>intervención terapéutico con</p> <p>psicoanalítico estos</p> <p>pacientes puede ayudar</p> <p>en diferentes medidas.</p>	<p>realizan</p> <p>manifestaciones</p> <p>artísticas.</p> <p>Existen artistas que han sido</p> <p>diagnosticados con psicosis,</p> <p>y existen sujetos con</p> <p>psicosis que realizan</p> <p>manifestacion</p> <p>es artísticas. Asimismo,</p> <p>artistas sin psicosis que se</p> <p>dedican a representar la</p> <p>misma en sus obras.</p>
--	--	--	---	--

### **Análisis de los resultados**

#### ***Arteterapia como técnica de intervención terapéutica en el alivio de los síntomas de ansiedad.***

Se evidencio en los artículos seleccionados para este estudio, resultados satisfactorios en alivio de la ansiedad, tal como lo plantea Guerron (2015), en la cual aplico una guía arteterapeutica en adolescentes en edades de 16 a 18 años, con síntomas de ansiedad, en Cuenca Ecuador. Dicha intervención ayudó a mejorar los síntomas de la ansiedad, ya que el arteterapia ayuda a la expresión y canalización de sentimientos de culpa, miedos y rechazos; contenidos inconscientes que puedan generar malestar y limitar al individuo en el desarrollo normativo en el ámbito socioemocional, cognitivo, personal y transpersonal, también ayuda el desarrollo y crecimiento personal. De esta forma el arte es considerado como una sanación que permite promueve el bienestar y equilibrio psicoemocional (Guerron, 2015).

En el uso y la experimentación con los materiales artísticos en la que se utiliza, trazos, texturas, imágenes, entre otros, la interpretación del valor simbólico de las imágenes creadas, permitirá al sujeto o autor la autoexploración semántica de sus emociones, sentimientos y pensamientos, asintiendo distintas representaciones de los caracteres específicos que refleja la pintura y el dibujo, transformando de esta manera experiencias psicológicas traumáticas hacia un cambio saludable por medio de la reflexión y el seguimiento del arteterapeuta (Guerron, 2015).

Asimismo, López citado por Guerron (2015) da su aporte sobre el arteterapia desde una mirada psicoanalítica, afirmando que los medios artísticos plásticos y visuales, permiten un mayor grado de expresividad y autoconocimiento de contenidos dentro del consciente. Al momento que se pinta o dibuja es más fácil acceder a la realidad interna que con lenguaje verbal. En este proceso

el individuo se relaja, facilitando la expresión de su intimidad.

Técnicas de intervención terapéutica del arteterapia utilizadas para aliviar los síntomas de la ansiedad.

Se halló que las técnicas artísticas más utilizadas en las diferentes problemáticas que aparecen en los documentos seleccionados fueron el dibujo, modelado con arcilla, el auto-retrato, trabajo plástico dirigido, collage, elaboración de máscaras, visita a una exposición de arte, juego de arena y técnica de pintura. Los cuales fueron aplicados en personas de diferentes edades desde niños de 2 años hasta adultos mayores de 75 años, cuya ansiedad también se origina de diversas patologías y trastornos, como pacientes oncológicos, psicóticos, Alzheimer, autismo, ansiedad generalizada, mutismo selectivo y depresión. Siendo los trastornos del neurodesarrollo los más trabajados con la terapia artística. En segundo lugar, se encuentran los trastornos psicóticos. (Castro, 2014).

En consonancia con lo anterior, un estudio realizado por Dumas & Aranguren (2013), cuyos resultados en parte coinciden con los hallados en la presente investigación, indican que el arteterapia, implementada en contextos seguros y confiables, favorece el desarrollo y el crecimiento personal, logrando un mayor bienestar y mejorando la salud física y psíquica de las personas.

### **Estudios revisados en materia de intervención terapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad.**

Los efectos terapéuticos de la orientación psicoanalítica y el uso de herramientas arteterapéuticas ha permitido que se logre una madurez del self, en el uso del arteterapia, el yo puede alcanzar una mayor integración y madurez, implicando que las defensas del paciente sean menos patológicas y débiles en situaciones de afrontamiento. (Menéndez, 2010).

De este modo las imágenes elaboradas pueden tener propósitos simbólicos y comunicativos de la realidad interna, estos tipos de pacientes se encuentran desconectados de la realidad que los rodea, con el uso de la creatividad se alcanzaría una mayor consciencia de sí mismo, al reapropiarse de sentimientos y pensamientos personales en ocasiones pueden ser perturbadores para el individuo (Menéndez, 2010). Por su parte, Chiriboga (2010) evidencia los aportes psicoanalíticos en el uso de la arteterapia en su investigación, donde afirma que con el uso de herramientas artísticas brinda al paciente un ambiente diferente a la expresión que no sea solo la palabra.

En cuanto a los hallazgos de los estudios revisados en materia de intervención terapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad, se evidencia que la arteterapia sirve como reductor de la ansiedad, se toma esta afirmación de un estudio realizado por Chiriboga (2010) en donde uno de sus objetivos fue el “arteterapia como técnica de intervención para reducir los síntomas de la ansiedad en pacientes que presentan resistencia a la psicoterapia convencional en dos niños de 8 y 10 años”. También se encontró que el uso de las herramientas de la terapia del arte es un instrumento utilizado en varios enfoques como la dinámica, gestal, humanista y cognitivo conductual, lo que resulta ser una práctica transdisciplinaria que tiene como meta rescatar a los hombres integralmente por medio de procesos de autoconocimiento, transformación y creatividad.

En cuanto a la relación existente entre el arteterapia como técnica de intervención terapéutica en el alivio de los síntomas de ansiedad, se evidencio en uno de los artículos revisados, el cual se titula, “el abordaje terapéutico de la ansiedad utilizando la técnica de la pintura en niños de 7 a 12 años debido a conflicto de pareja” en uno de los objetivos fue conocer la efectividad de la técnica de la pintura en el abordaje de la ansiedad, a través de una lista de cotejo para medir los

niveles de ansiedad donde se constató que los síntomas disminuyeron y que el uso de la técnica de la pintura como abordaje terapéutico es efectiva para abordar la ansiedad en niños de 7 a 12 años (Gutiérrez, 2018) .

A partir de la revisión bibliográfica realizada sobre arteterapia y su relación con el alivio de los síntomas de la ansiedad, ha dado comienzo, una nueva ruta para la sanidad de las emociones con materiales artísticos. Esto es posible, según Duncan (2007), dado que a través de las artes el ser se puede comunicar mucho más, sobre todo inconscientemente, puesto que las imágenes transmiten más que las palabras, facilitando la manera de explorar temas difíciles. En esto, influye la visión que se tiene del arte, el cual no se limita tan solo a la creación de una extraordinaria obra de arte, en este caso, la arteterapia utiliza cualquier expresión artística que pueda contener más información que la aparente. Debido a que, es precisamente, en el origen de las artes donde se encuentra el cúmulo de información que llega al cerebro desde el cuerpo, el movimiento, las hormonas, las necesidades, cualquier símbolo expresado contiene valor por su aporte y significado en el proceso de búsqueda de satisfacción personal.

Es allí, donde se da la relación del arteterapia como técnica de intervención psicoterapéutica para aliviar los síntomas de la ansiedad. Esto ocurre, según Naumburg (1947, citada por Marxen, 2011), la actividad artística conlleva a menudo un efecto regresivo para los adultos. La psicosis acarrea frecuentemente una regresión a estados preverbales y a relaciones tempranas entre madre/padre y niño, donde se ubican muchas raíces de las problemáticas psicóticas. Por esta razón, existe miedo intolerable puede impedir que se verbalicen. Sin embargo, el arte ofrece una vez más la ventaja de expresarlos a escala indirecta y en un soporte tangible que delimite el material regresivo.

### Discusión

Teniendo en cuenta los resultados anteriormente descritos, y dando respuesta a la relación existente entre el arteterapia como técnica para aliviar los síntomas de la ansiedad, se encontró, en un estudio realizado con niños en edades de 7 a 12 años, en el cual midieron la frecuencias de síntomas ansiosos y manifestaciones de ansiedad, donde aplicaron un programade arteterapia enfocado en el abordaje de los síntomas ansiosos utilizando la técnica de la pintura, la muestra fue de 17 niños, donde aplicaron la lista de cotejo, para medir los niveles de ansiedad antes de aplicar el programa de arteterapia, evidencia inicialmente que el 57% de los niños presentaron la mayoría de los síntomas tales como: inquietud, su duración, agresividad, fatiga, irritabilidad, impaciencia, miedo, entre otros, y un 43% no presentaban la mayoría de los síntomas. Los resultados obtenidos posterior a la aplicación del programa con la técnica de pintura en la escala de apreciación indico que el 100% de los niños expresaron emociones por medio de la técnica de la pintura, plasmándolas en el arte que realizaban, la cual dio resultados satisfactorio en el alivio del malestar de la ansiedad (Gutiérrez, 2018), lo anterior, se sustenta en la investigación “Abordaje terapéutico de la ansiedad utilizando la técnica de la pintura en niños de 7 a 12 años debido a conflicto de pareja” en el país de Guatemala. Las evidencias anteriores demuestran que uno de los beneficios de utilizar las técnicas arterapeuticas, es que ayudan a vehiculizar las emociones que se presentan en los síntomas de la ansiedad, la utilización de las herramientas arterapeuticas ayudaron a disminuir el malestar de la ansiedad, dando como resultados, la facilitación y expresión de las emociones, plasmando lo reprimido, ayudando a canalizar el síntoma que no se puede verbalizar (Gutiérrez, 2018).

Otros de los beneficios encontrados en el alivio del malestar de la ansiedad, fueron en niños que viven con el trastorno del espectro autista (TEA), en edades de 4 a 9 años, título de la investigación es “Mediadores artísticos expressivos e interaccao social estudo com criancas com perturbacao do espectro do autismo” de la universidad de Évora, Portugal. El objetivo fue la regulación emocional y modificación de la conducta, como bien es sabido, los niños con autismo tienen dificultad, para la socialización y comunicación verbal, su comportamiento es desadaptativo, con el uso del arteterapia se logró que esta población, por medio del juego y la creatividad aprendiera a socializar y autorregular el comportamiento desadaptativo, potencializando el desarrollo de las habilidades de la conducta prosocial y altruista. El uso de los materiales artísticos ayudó al mejoramiento de las habilidades comunicativas, disminución de la ansiedad que experimentan cuando se exponen al tacto social y visual, mostrando mayor tolerancia a los estímulos externos y mejoraron el contacto visual y corporal con texturas. Uno de los mediadores de las herramientas arteterapeúticas en donde los niños mostraron mayor adherencia fue en el dibujo, pintura, música y movimiento, despertando su atención e interés en crear un vínculo con la realidad y mayor disponibilidad para la socialización (Simões, 2011).

En otra de las investigaciones en relación con el alivio de la ansiedad utilizando herramientas del arteterapia en la cual uno de los objetivos fue de mostrar la “efectividad del arteterapia para disminuir los niveles de ansiedad en niños de 5 a 7 años diagnosticados con mutismo selectivo” las técnicas de intervención arteterapeúticas, fueron: artes plásticas, psicodrama, música entre otras. La muestra de la población fue de 15 niños de un centro de educación infantil, realizaron entrevista preliminar, para comprobar los criterios de inclusión del mutismo selectivo y escala de medición de la ansiedad, siendo la ansiedad uno de los mayores componentes del mutismo selectivo, con una comorbilidad del 67% al 90% (Yáñez, 2018); en su estudio demostró que los



participantes tuvieron una reducción significativa del malestar de la ansiedad al finalizar el tratamiento.

### **Conclusión**

Basados en los análisis de los documentos revisados, para esta investigación se encontró que el arteterapia proporciona un ambiente adecuado, seguro, confiable y contenedor, en donde el individuo, puede atreverse a crear y a comunicarse verbalmente con el terapeuta, mejorando las relaciones interpersonales. Por lo tanto se presenta como una alternativa y complemento del proceso creador, sanador, donde cada ser humano se puede conectar con su psiquismo, es decir con sus emociones y sentimientos, realizar un autodescubrimiento de lo que está sintiendo y poder expresar el malestar, que desde otras vías se convierten en sensaciones perturbadoras y cobran vida en el cuerpo (Gutiérrez, 2018).

Otro de los hallazgos luego de analizar los resultados de la revisión bibliográfica, fue posible la identificación de artículos referidos al arteterapia como técnica de intervención terapéutica, como alivio a los malestares de la ansiedad en pacientes de diferentes edades cuya ansiedad tienen comorbilidad producida por alteraciones neuronales y emocionales, como lo es Alzheimer, autismo, mutismo selectivo, pacientes oncológicos y depresión (Yáñez, 2018).

Asimismo, se encontró que el arteterapia es utilizada como una interdisciplina, debido a que absorbe el conocimiento de diferentes áreas, y esta puede ser utilizada en los diferentes enfoques, sin embargo, las bases teóricas del arteterapia son sustentadas en las pioneras psicoanalíticas Margaret Namburg y Edith Kraumer, las cuales desarrollaron la plástica como herramientas de tratamiento en sus intervenciones; en la cual se puede aplicar las intervenciones artísticas dependiendo las necesidades del cliente (Guerron, 2015).

También se evidencio que los beneficios del uso del arteterapia mejoran la autoestima, se

estimula la autoimagen positiva de los pacientes al incentivar la obtención de logros artísticos tangibles y duraderos que los hace sentirse valorados, apreciados e importantes, capaces de reproducir cosas positivas y auténticas, dejando atrás el señalamiento derivado de la enfermedad mental. En forma de tratamiento reduciría los síntomas propios de los trastornos mentales, de la mano con el tratamiento farmacológico, reducen los síntomas de apatía y baja motivación. En este sentido el paciente se involucra en una actividad plástica o artística, percibiendo que son capaces de crear por medio de la expresión de su imaginación, en si el arteterapia mejoría la capacidad de concentración, detienen y contienen el caos interno, incentivan la capacidad de verbalización de estas personas (Achurra, 2007); lo anterior se sustenta en un estudio realizado enpacientes con depresión y el uso de las arteterapia en Santiago de Chile.

De igual manera en otras de los artículos revisados, según el estudio fue “medir la influencia de una exposición de arte sobre la ansiedad en personas altamente sensibles” (Dorado, 2016, p.1); en Madrid España, la muestra total fue de 90 personas divididos en dos grupos una de control y otra experimental, donde aplicaron a los dos grupos el cuestionario STA (ansiedad- estado); uno de los grupo fue expuesto a realizar tareas domésticas y otro fue a una galería de arte. “Los resultados obtenidos fueron que los que visitaron la galería de arte bajo significativamente la ansiedad a diferencia del grupo control e inicialmente los dos grupos presentaron niveles de ansiedad alto. Se concluyó que al ser expuesto a una galería de arte tiene un efecto tranquilizador” (Dorado, 2016, p.3); este mismo autor confirma que los efectos de las herramientas artesterapeuticas tienen un impacto placentero sobre los síntomas de la ansiedad. Atendiendo a las anteriores consideraciones, teóricos como los de Fiorini y Winnicott (1992) mencionan que, el uso del arte con los materiales artísticos va permitiendo explorar y expresar sentimientos, pensamientos y emociones, de una forma no amenazante y contenedora.

Es si como, contribuye al alivio del malestar psíquico, donde se equilibran las pulsiones inaceptables para el yo, que es una, de la instancias psíquicas implicada en la manifestación de la ansiedad, como bien lo explica Freud en su modelo dinámico, poniendo en marcha los mecanismos defensivos ante la señal de angustia. Fenichel (1943) en su teoría psicoanalítica de las neurosis afirma que la relación entre las instancias (yo-ello y superyó) influyen a su vez con otras demandas. Es decir, los conflictos entre el yo y el ello o entre el yo y superyó, obligan al yo a cambiar su conducta con los objetos externos. El yo- ello, es el conflicto central de las neurosis, donde el superyó puede aliarse con el ello o con el yo según el tipo de trastorno neurótico, en el caso de la ansiedad el ello puede entrar en conflicto con la realidad, ya que el yo del neurótico obedece al mundo externo y se vuelve contra el ello mediante la iniciación de una represión.

En el proceso terapéutico con la arteterapia, el sujeto, guiado por el profesional, pueden activar y mover mecanismos de defensas como el desplazamiento, mecanismo donde el componente emocional de una idea u objeto inaceptable se trasfiere a otro más aceptable, al paciente se le puede decir que exprese de manera simbólica mediante el dibujo la sensación de esos sentimientos aceptables e inaceptables para él, lográndose un efecto catártico. El mecanismo de introyección, en el cual actúa como defensa, busca reducir la angustia por la separación o pérdida del objeto, también se podrá utilizar como proceso normal que ayuda a la autonomía, fortaleciendo el yo débil; la proyección otra defensa que protege de la ansiedad derivada de un conflicto interior. Exteriorizando lo inaceptable, la persona, lo podrá afrontar como una situación no vinculada a ella. ( Aulagnier, 1978).

### Referencias

- Abril Tapias, D. & Coronel Heredia, K. (2017) Estudio descriptivo para la influencia de los talleres de terapias alternativas y psicoeducación para disminuir los síntomas de ansiedad en adolescentes de la Unidad Educativa Luisa de Jesús Cordero. Cuenca – Ecuador, 2017
- Achurra, D. (2007). La Utilización Del Arte Terapia En Una Mujer Con Depresión (Tesis de posgrado). Universidad de Chile, Santiago, Chile.
- Agudelo, D, Buela G, Et al. (2007). Ansiedad y depresión: el problema de la diferenciación a través de los síntomas. Salud mental. Vol.: 30. (2), 1-9.
- Agudelo, D, Carretero, D., Blanco, P., y otros. (2005). Evaluación del componente afectivo de la depresión. Revista Redalyc, Vol.: 28 (3), 32-41.
- Agudelo, V., Casadiegos., Garzón, D., y otros. (2008) Características De Ansiedad Y Depresión En Estudiantes Universitarios. International Journal of Psychological Research. Vol.: 1, (1). 34-39 Universidad de San Buenaventura Medellín, Colombia.
- Álvarez, J.; Camacho, S.; Maldonado, G.; Trejo, A.; Olguín, A. & Pérez, M. (2007) La investigación cualitativa. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

Ansorena, A., Cobo, J., Y Romero, I. (1983) El constructo ansiedad en psicología: una revisión. Estudio de psicología, 16 (16), 2-15.

Asociación Colombiana de Arteterapia (2011) Arteterapia en Colombia. Disponible en:

<https://www.arteterapiacolombia.org/>

Bados López, A. & García Grau, E. (2011) Habilidades terapéuticas. Facultad de psicología. Departamento de Personalitat, avaluación, tractament psicològics. Universidad de Barcelona.

Barbosa González, A., & Garzón Novoa, S. A. . (2020). Revisión bibliográfica en idioma español sobre el arteterapia como herramienta psicoterapéutica. Informes Psicológicos, 20(2), 55-65. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v20n2a4>

Barría Oyarzo, C. S. (2015). Intersecciones entre el arte y el campo de la salud mental. Universidad Nacional de Córdoba / Argentina. Revista de Psicología GEPU, 6 (1), 188-198.

Bermúdez de Castro, B. (2016) Influencia de una exposición de arte sobre la ansiedad percibida en personas altamente sensibles. Madrid.

Bustos, V, Russo, A. (2018). Salud mental como efecto del desarrollo psicoactivo en la infancia. Psicogente, 21(39), 183-202. <http://doi.org/10.17081/psico.21.39.2830>.

Cabral, C., & Marin, A. (2017). Inclusão escolar de crianças com transtorno do espectro autista:

uma revisão sistemática da literatura. Educação em Revista, 33, e142079. Epub 06 de abril de 2017.<https://doi.org/10.1590/0102-4698142079>

Callejo, J., Viedma, A. (2005) Proyectos y estrategias de investigación social: la perspectiva de la intervención, MacGraw-Hill, Madrid.

Chávez, E., Lara, C., Ontiveros, M., y Cortes, J., (1997). La relación de los mecanismos de defensa con los trastornos de angustia. *Salud mental*. Vol. 20. Pp 24-27.

Clancy (2005). Introducción a los conceptos de la teoría psicoanalítica de Melanie Klein. Paidós psicología profunda. Vol.: 2(20)1-20. Recuperado:  
[https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/32256346/conceptos\\_teo.pdf?response-content](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/32256346/conceptos_teo.pdf?response-content)

Csikszentmihalyi, M., Montijo, M. N., & Mouton, A. R. (2018). Flow theory: Optimizing elite performance in the creative realm. APA handbook of giftedness and talent., 215-229  
(Citado por: Raouf, 2018. Creativity and Autism Spectrum Disorder: Creatively Supporting Development and ProSocial Behavior in Children with ASD

De la Fuente, J. & Heinze, G. (2017) Salud mental y medicina psicológica. 3ª edición. Disponible en: <https://accessmedicina.mhmedical.com/book.aspx?bookid=2368>

De León Mayorga, E. & Avila Chís, S. (2018) Abordaje terapéutico de la ansiedad utilizando la

técnica de pintura en niños de 7 a 12 años debido a conflictos en pareja manifestados por sus padres. Guatemala,

Domínguez, T. (2018). Arte terapia Para Enfermos Con Alzheimer. Huelva, España:editorial Uhu. Es publicaciones. Recuperado de: <https://books.google.com.co/books?id=1x5aDwAAQBAJ&printsec=>

Duncan, N, (2007). Trabajar con las emociones en arte terapia. Revista Papeles de arte terapia y educación artística para la inclusión social Vol.: 2 (2007): 39-49.

Echavarría, J, (2016). Psicoterapia psicoanalítica. CES psicología. Vol. 10. ( 1, 2017), 83-98. Paginas.

Escalera, M. (2016) El Arteterapia como recurso terapéutico para el bienestar psicológico frente a los trastornos psicológicos de la Enfermedad de Alzheimer. Trabajo de grado para Máster en arteterapia y educación artística para la inclusión social. Universidad de Valladolid, España. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Facultad de Educación y Trabajo Social.

Freud, S. (1923). El yo y el ello. En Obras completas (vol. XIX). Buenos Aires: Amorrortu.  
Citado por: De la Cruz, G. (2019) Procesos creativos en el arte para la resignificación de la identidad: una aproximación psicoanalítica. RIDE. Rev. Iberoam. Investig. Desarro. Educ vol.9 no.18 Guadalajara ene./jun

García, L. (2018) Qué es la arteterapia y para quién está indicada. Revista de salud y bienestar.

Disponible en: <https://www.webconsultas.com/belleza-y-bienestar/terapias-alternativas/que-es-la-arteterapia-y-para-quien-esta-indicada>

Garzón Batista, Y. (2015) Arteterapia cognitiva conductual para el tratamiento de ansiedad y depresión en un grupo de pacientes oncológicos de la asociación nacional contra el cáncercapítulo de Veraguas. Santiago de Veraguas, Panamá.

Gómez, C. (2008). Psiquiatría clínica. Bogotá, Colombia: editorial panamericana. Recuperadode: <https://books.google.com.co/books?id>

Gómez Sierra, N. & Maldonado Forigua, J. (2017), Arteterapia y Trastorno Generalizado del Desarrollo Revisión sistemática de la literatura como modalidad de grado para obtener el título de Psicólogo. Universidad Cooperativa de Colombia, Bogotá.

Guerrón Pérez, E. (2015) Guía didáctica de estrategias en arte terapia para el trabajo con adolescentes entre edades de 16-18 años que presentan ansiedad del colegio fiscal OctavioCordero Palacios. Universidad de Azuay. Cuenca - Ecuador

Gutiérrez Ajamil, E. & Martínez de Apellaniz, H. (2018) Propuesta de un modelo teórico de intervención en arteterapia familiar. El proceso creativo como herramienta terapéutica en el trabajo con familias. Ediciones Complutenses. Papeles de arteterapia y educación para



inclusión social ISSN-e 1988-8309.

Jiménez, C, P., Olmos De Gracia, a., García Ceballos, S. Et al. (2013). “Arte para todos. Proyecto de investigación y creación con personas con capacidades diversas”. En Arte terapia: *Papeles de arte terapia y educación artística para la inclusión social* Vol.: 8. Páginas 155-168.

Koolhaas, G, (1958). Origen psicótico de la neurosis. *Revista uruguaya de psicoanalisis*. Vol. 2. (4).

López Fernández Cao, M. (2009) Breve historia del arteterapia. Disponible en: Dialnet-ArteTerapiaOtraFormaDeCurar2044648.pdf  
[https://extension.uned.es/archivos\\_publicos/webex\\_actividades/4786/02historiadelarteterapia.pdf](https://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4786/02historiadelarteterapia.pdf)

López, M, (2011). Técnicas, materiales y recursos utilizados en los procesos arterapeuticos. *Arteterapia: papeles de arteterapia y educación artística, para la inclusión social*. Vol. 6.183-193.

López Romero, B. (2004) Arte terapia, otra forma de curar. Artículo. Disponible en: Marxen, E. (2011). Diálogos entre arte y terapia. Madrid, España. Editorial Gedisa. Recuperado de:  
<https://books.google.com.co/books?id=RSclBQAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=>

Manposano, A., y Nieto., A. (2001). Técnicas de video en terapia artística. Arte, individuo y sociedad vol: (13), 55-65.

Marxen, E. (2011) Diálogos entre arte y terapia: Del arte psicótico” al desarrollo de la terapia y sus aplicaciones. Retrieved. from <http://ebookcentral.proquest.com>

Menéndez, C. (2010). Arte terapia O Intervención Terapéutica Desde El Arte En Rehabilitación Psicosocial. Salud mental hermanas hospitalarias psiquiatría, vol.: 201 (3), 367-380.

Méndez, C. (2008). Voces subalternas, arteterapia tras las rejas. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social, vol. 3(3), 83-100.

Motos, T. (2009). Bases Para El Taller Creativo Expresivo (Tesis Posgrado Filosofía Y Educación). Universidad de valencia, valencia, España.

Morter (1948, citado por Marxen, E. (2011). Diálogos entre arte y terapia: Del "arte psicótico" al desarrollo de la terapia y sus aplicaciones. Retrieved 89 from <http://ebookcentral.proquest.com>

Navas, W. (2012). Trastornos de ansiedad: revisión dirigida para atención primaria. Revista médica de costa rica, vol. (604), 497-507.

Naumburg (1947, citado por Marxen, E. 2011). Diálogos entre arte y terapia: Del "artepsicótico"

al desarrollo de la terapia y sus aplicaciones. Retrieved 89 from  
<http://ebookcentral.proquest.com>

Peña Sierra, O. (2016) Concepción de imágenes en arteterapia. Universidad del Desarrollo, Facultad de Arquitectura y arte en colaboración con Facultad de Psicología y Facultad de Medicina. Santiago de Chile. Disponible en:  
<https://repositorio.udd.cl/bitstream/handle/11447/1530/Concepciones%20de%20imagen%20en%20arteterapia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Piñuel, J. (2002). Epistemología, metodología y técnicas del análisis del contenido. *Revista Estudios de Socio- lingüística*, 3(1), 1-42. Recuperado: <http://anthropostudio.com/wp-content/uploads/2015/04/Jos%C3%A9-Luis-Pi%C3%B1uel-Raigada.-Epistemolog%C3%ADa-metodolog%C3%ADa-y-t%C3%A9cnicas-del-an%C3%A1lisis-de-contenido..pdf> [ [Links](#) ]

Raoufi, M. (2018) Flow, Creativity and Autism Spectrum Disorder: Creatively Supporting Development and ProSocial Behavior in Children with ASD. Expressive Therapies Capstone Theses. 16 Lesley University

Ríos, F., Castañeda, V., Campos, M., Y Del Castillo, A. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competencias deportivas. Cuadernos de psicología del deporte, 16 (2)1-9. Páginas.

Rio, M., (2009). Reflexiones sobre la praxis en arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social. Vol. 4. Pag. 17-26

Regis Sansalonis, P. (2016) Arteterapia y síndrome de Asperger ¿Por qué y para qué?  
Universidad La Gran Colombia. Sophia, vol. 12 No. 2. Pp.187-194

Roesler, C. (2019). Sandplay therapy: An overview of theory, applications and evidence base.  
The Arts in Psychotherapy, 64, 84–94. doi: 10.1016/j.aip.2019.04.001

Schweizer, C., Knorth, E. J., & Spreen, M. (2014). Art therapy with children with Autism  
Spectrum Disorders: A review of clinical case descriptions on „what works“. The Arts in  
Psychotherapy, 41 (5), 577-593. doi:10.1016/j.aip.2014.10.009

Sierra, j., Ortega, V., Ihan, Z. (2003) ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar.  
Revista mal-estar e subjetividade, vol. 3 (1) 10-55.

Vásconez Gavilanez D. (2017) Aplicación de la técnica de la Arteterapia como medio de  
intervención Terapéutica para disminuir el Trastorno de Ansiedad Generalizada en  
pacientes adultos mayores de edades comprendidas entre los 65 a 75 años que acuden al  
servicio de Terapia Ocupacional del Centro de Salud Tipo “C” de Guamaní en el periodo  
Abril-Septiembre. Quito – Ecuador.

Yáñez Orbea, T. (2018) Efectividad del arte terapia en disminuir los niveles de ansiedad en niños

de 2 a 7 años diagnosticados con mutismo selectivo. Quito-Ecuador.

Zinker, J, (2003). El proceso creativo en la terapia gestáltica. Argentina. International editors".

Recuperado de <http://centrodesarrollopsicologico.com/e2012/wp-content/uploads/2013/07/Zinker-Joseph-El-Proceso-Creativo-En-La-Terapia-Gestaltica.pdf>

## Anexo 1. Cronograma

[illegible]

<b>científica</b>										
<b>Realizar conclusiones finales</b>										
<b>Sustentación final del proyecto</b>										

## Anexo 2. Presupuesto

Materia prima	Número de personas a cargo	Número de consultas	Costos	Financiamiento de entidades	Valor total
<b>Documentos</b>	<b>1</b>	<b>100</b>	<b>350.000</b>	<b>0</b>	<b>350.000</b>
<b>Papelería</b>			<b>250.000</b>	<b>0</b>	<b>250.000</b>
<b>Gastos adicionales</b>			<b>300.000</b>	<b>0</b>	<b>300.000</b>
<b>Total</b>					<b>900.000</b>